సృష్టిలో అద్భుతమైనది స్త్రీ

డి.వి. శ్రీదేవి

MEDITATION FOR LIFE - LIFE FOR LOVE

LOVE FOR MAN - MAN FOR SERVICE - SERVICE FOR SOCIETY

విషయ సూచిక

ముందు మాట

ఈ పుస్తకాన్ని చదువుతున్న స్త్రీ మూర్తులందరికీ నా హృదయ పూర్వక కృతజ్ఞతలు. నాపేరు శ్రీదేవి. మాది ప॥గో॥జిల్లా, జంగారెడ్డిగూడెం. నేను ఒక సాధారణ గృహిణిని. నేను 5సం॥ల నుంచి ధ్యానం చేస్తున్నాను. అయితే నేను ధ్యానంలోకి రాకముందు అంటే 2007 సం॥నికి పూర్వం ఎన్నో అనారోగ్య సమస్యలతో ముఖ్యంగా ఋతుచక్ర, గర్భాశయసమస్యలతో బాధపడుతూ ఉండే దానిని. అల్లోపతి మందులు వాడినా అప్పటికప్పుడు తగ్గినట్లు అని పించినా 3,4 నెలలు తరువాత మళ్ళీ సమస్యలు మొదలయ్యేవి. బహిష్టు సమయంలో విపరీతమైన కడుపునొప్పి, వెన్నునొప్పి అధిక రక్తస్రావం జరుగుతూ ఉండేది. ఆరుసార్లు గర్భం దాల్చడం నెలలు నిండకుండానే గర్భస్రావం అవ్వడం జరుగుతుండేది. అలా అబార్షన్ జరగడం వల్ల రక్తహీనత తలనొప్పి, స్థూలకాయ సమస్యలతో పాటు సంతాన లేమితో బాధపడుతూ ఉండేదానిని.

అయితే అల్లోపతి డాక్టర్లు ఈ సమస్యలన్నింటికీ వేరే పరిష్కార మార్గం లేదు. గర్భాశయాన్ని తొలగించడం తప్ప అన్నారు. మా వారు గర్భాశయం తీయించుకోవడం నాకు ఇష్టం లేదు. మన శరీరంలో ఒక అవయవం ఉంది అంటే దానికి ఒక ప్రాముఖ్యత ఉంటుంది. తేడా ఉంటే సరిచేసుకోవాలి గానీ మొత్తం అవయవాన్ని తీయించుకోవడం సరైన పద్ధతి కాదు అని నన్ను ఎంతగానో ప్రోత్సహించి 'యోగా' నేర్పించారు.

ఈ యోగ పరిచయక్రమంలో మా ఇరువురు భార్యాభర్తలం మాంసాహారం మానివేయడం క్రమం తప్పని యోగసాధన చేస్తూ 80 శాతం అనారోగ్య సమస్యల నుంచి బయటపడ్డాను. ఈ విధంగా ఆసనాలు, ప్రాణా యామం చేసిన తరువాత కలిగే నిశ్చల స్థితి చాలా అద్భుతంగా ఉండేది.

అదే సమయంలో అంటే 2008 సం॥రం అక్టోబర్‌లో పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీ వారి ద్వారా 'ఆనాపానసతి' శ్వాస మీద ధ్యాస ధ్యానం క్లాసులు జరుగుతున్న సంగతి తెలుసుకుని వాటికి హాజరు కావడం జరిగింది. అప్పటినుంచి ధ్యానంచేస్తూ క్లాసులకు హాజరవుతూ 8సం॥ల నుంచి మందులు వాడినా పొందని శారీరక ఆరోగ్యాన్ని మానసిక ప్రశాంతతను పొందాను.

మన గతం వల్లనే మన వర్తమానం ప్రాప్తిస్తుంది. గతంలో మనం చేసిన పనులు, ఆలోచనలు, మాటలవల్లనే మన వర్తమానం ప్రాప్తిస్తుంది. మన పనుల్ని, ఆలోచనల్ని మాటల్ని ఆహారాన్ని మార్చుకోవడంవల్ల అన్ని పరిస్థితుల్లో కూడా ఆరోగ్యంగా, ఆనందంగా, సుఖంగా, శాంతిగా జీవించే అవకాశం మన చేతుల్లోనే వుంది. వీటిని పొందడానికి ఒక్క రూపాయి కూడా ఖర్చు పెట్టనక్కర లేదు. ఏ నియమ నిబంధనలూ పాటించనక్కరలేదు. ఏ సాంసారిక సుఖాలను త్యజించనక్కరలేదు. చేయవలసిందల్లా ఒక్కటే 'ధ్యానం' అని 2008లో బ్రహ్మర్షి పత్రీజీగారి ద్వారా తెలుసుకొని ధ్యానం చేసుకుంటూ నా కుటుంబం అంతా మాంసాహారం మానివేసి శాకాహారులుగా మారాము. అప్పటినుండి మన వాస్తవానికి మనమే బాధ్యులమని, సృష్టికర్తలమని, మన జీవితాల్లో సంభవించే వాస్తవ సంఘటనలన్నీ ఆత్మయొక్క శిక్షణలో భాగాలే ఎందుకంటే ప్రకృతే మనకు గురువు! మన బంధువులు, స్నేహితులు, అన్నదమ్ములు అందరూ మోసం చేయవచ్చుగానీ ప్రకృతి మనల్ని మోసం చేయదు! మన ఆత్మోన్నతికి ప్రస్తుతం ఉన్నటువంటి పరిస్థితులకంటే ఇంకాస్త మంచి పరిస్థితులు ఇవ్వాల్సి వస్తే ప్రకృతి మనకు ఖచ్చితంగా ఇచ్చి వుండేది. ఇవ్వలేదంటే ఇప్పుడు మేము ఉన్న పరిస్థితులే మనకు అత్యంత ఉపయోగపడేవని పూర్తి విశ్వాసంతో ప్రకృతిని నమ్ము తున్నాము. మనకు మేలు కలిగించని ఏ పరిస్థితీ మనకు ఎదురవదని గ్రహించాము. మనకు ఇష్టంలేని ఆ పరిస్థితులే మన శ్రేయోభిలాషులు! అన్న సత్యాన్ని గ్రహించి జీవితాన్ని చక్కగా ఆస్వాదిస్తూ ఈరోజు వరకూ ఏ మందులు వాడకుండానే ధ్యానం చేసుకుంటూ ఆనందంగా, ఆరోగ్యంగా, హాయిగా జీవిస్తున్నాం.

ఈ విధంగా ఎక్కువ సమయం ధ్యానసాధన చేస్తూ స్వాధ్యాయ,

సజ్జన, సాంగత్యాల ద్వారా నేను గొప్ప గొప్ప అనుభూతులు పొందేదాన్ని ఈ క్రమంలో కొంతకాలం తర్వాత నాకు మిసెస్ అనే లోకం నుండి సమాచారం ఇవ్వబడింది. అది ఏమిటంటే "నీ స్త్రీయత్వాన్ని" నీవు అంగీకరించు. నీ సమస్యలకు అదే కారణం. అనే ఒక సందేశం వస్తూ వుండేది. అది స్త్రీల లోకం నుండి వస్తున్నది అని నాకు చాలాకాలం తర్వాతకాని అర్థం కాలేదు. అప్పటివరకు నా "స్త్రీయత్వాన్ని" నేను అసహ్యించుకుంటున్నాని నాకు తెలియదు. అంతగా అంగీకరించి అంతగొప్పగా స్వీకరించ డానికి స్త్రీజన్మలో ఏం ఉన్నదని నేనువారిని ప్రశ్నించినప్పుడు వాళ్లు కొంత సమాచారాన్ని అందచేయడం జరిగింది. వాళ్లు నా అంతర్వాణి ద్వారా భావాన్ని మాత్రమే పంపించేవారు. దానికి భాష లేదు. దానిని భాషలోనికి మార్చడానికి నేను ఎన్నో ఆధ్యాత్మిక గ్రంధాలలో ఉన్న విషయాలను మిస్సెస్‌లోకం వారు ఇచ్చే సమాచారాన్ని సమన్వయం పర్చుకున్న తర్వాత ఈజ్ఞానాన్ని మన సమాజంలో రక రకాల శారీరక, మనసిక అనారోగ్యాలతో శక్తిహీనులై ఋతుచక్ర గర్భాశయ సమస్యలతో బాధపడుతున్న స్త్రీ మూర్తులందరిలో ఈ జ్ఞానాన్ని, ధ్యానాన్ని పంచుకోవాలని తీవ్రతపన, ఆలోచనా స్వరూపమే **"సృష్టిలో అద్భుతమైనది స్త్రీ"** అనే ఈ పుస్తకరూపంలో మీకు అందించబడింది.

అయితే ఇంతటి అద్భుతమైన ధ్యానాన్ని సమస్త మానవాళికి అందించిన జగద్గురు బ్రహ్మర్షి పత్రీజీకి శతసహస్ర కోటి ధన్యవాదాలు తెలియచేసుకుంటూ మరియు ఈ పుస్తకం మీ ముందుకు రావడానికి **సహకరించిన జంగారెడ్డిగూడెం పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీ**వారు ముఖ్యంగా **పాతూరి సోమశేఖర్‌గారు** అందించిన సహాయానికి నా హృదయపూర్వకమైన **కృతజ్ఞతలు** తెలియచేస్తూ ఈ అద్భుతమైన ధ్యానాన్ని చేస్తూ అందరి చేత **చేయిస్తూ... మహోన్నతమైన** స్త్రీ జన్మను ధన్యం చేసుకుంటారని ఆశిస్తూ... **ఈ ఆత్మ మీతో** విన్నవించు కుంటున్న ఆత్మ విన్నపం.

డి.వి.శ్రీదేవి

జంగారెడ్డి గూడెం

1. సకల దేవతా స్వరూపమే స్త్రీ

వైజ్ఞానిక శాస్త్రం నానాటికీ విస్తరిస్తున్న ప్రస్తుత వైజ్ఞానిక యుగంలో కూడా మానవ జీవితంలో సంపూర్ణ ఆరోగ్యం ఆనందం సహజత్వం అనేవి కనుమరుగై పోతున్నాయి. నూటికి తొంబై మంది స్త్రీలు పుట్టినప్పటి నుంచి మరణించే వరకు అనారోగ్యాలతో మానసిక బాధలతో ఆర్థిక సమస్యలతో అనేక అనవసరపు భయాలతో మూఢ నమ్మకాలతో సతమతమవుతూ జీవిస్తున్నారు ఎందుకంటే....

అనభ్యాసేన విద్యానాం అసంసర్గేణ ధీమతామ్!

అని గ్రహేణ చాక్షిణాం వ్యత సంజాయతేవహత్!!

ఆధ్యాత్మిక విద్యను అభ్యసించనందువలన స్వాధ్యాయ సజ్జన సాంగత్యం లేకపోవడంద్వారా ఆధ్యాత్మిక జ్ఞానం లోపించడం వలన, ధ్యాన సాధన లేక ఇంద్రియాలను నిగ్రహించుకోనందువలన మానవ జాతికి దారిద్ర్యం, దు:ఖం, అనారోగ్యం, అశాంతి సంప్రాప్తిస్తున్నాయి.

– వశిష్ట మహర్షి

అయితే అన్ని పరిస్థితుల్లో కూడా ఆరోగ్యంగా ఆనందంగా సుఖంగా, శాంతిగా జీవించే అవకాశం మన చేతుల్లోనే ఉంది! మీరు చేయవలసిందల్లా ఒక్కటే అదే ధ్యానం! మనలోని అంతర్ చైతన్యాన్ని మేల్కొలిపి తద్వారా ఆరోగ్య ఆనందమయ జీవితంవైపు నడిపించే మహోన్నత మార్గాలు మొదటిది ధ్యానం అయితే రెండవది 'మౌనం' అని సేత్‌విజ్ఞానం క్లాస్‌లో బాలకృష్ణ గారి ద్వారా తెలుసుకుని అలాంటి మహోన్నత మార్గాలైన ధ్యానాన్ని, మౌనాన్ని నేను అలవర్చు కోవాలి. వాటిగురించి తెలుసుకోవాలి అనుకుని

45 రోజులు మౌనాన్ని పాటిస్తూ ధ్యానం చేసాను. మొదట్లో నోటితో మాట్లాడకపోయినప్పటికీ మనస్సు మాత్రం ఆలోచన చేస్తూ ఉండేది. తరువాత నెమ్మదిగా మనస్సుకూడా శాంతిని పొందింది. ఆ శాంతి చాలా అద్భుతమైనది శక్తివంతమైనది. రోజుకు ఎన్ని అనవసరమైన మాటలు మాట్లాడు తున్నామో, మాటయొక్క విలువ కూడా నాకు మౌనంలోనే అర్థం కావడం జరిగింది. ఎంత ధ్యానం చేసినప్పటికీ అనవసరమైన మాటలు మాట్లాడడం వల్ల ఎంత శక్తిని కోల్పోతున్నామో అన్నది నాకు అర్థమయ్యింది. మౌనంవల్ల మాట మీద, ఆలోచనల మీద ఎరుక కలుగుతుంది. మాట ద్వారానే ఒక మౌనం ద్వారా కూడా మనయొక్క భావనలను ఎదుట వారికి చక్కగా తెలియ జేయవచ్చు.సర్వ సంపదలూ తనలో దాచుకుని తన మీద జీవిస్తున్నా జీవరాశికి తన సర్వస్వం ఆనందంగా అర్పిస్తున్నప్పటికీ భూమి ఏ రోజూ మాట్లాడ లేదు. మనం అనవసరమైన మాటల వలన శక్తినంతటినీ వృధా చేసుకుంటున్నాము. అమ్మో నేను 40 రోజులు మాట్లాడ లేకపోతే ఎలా కుదురుతుంది అని నేను ఆలోచిస్తున్నప్పుడు ఈ పాట ద్వారా విశ్వం నాకు తెలియజేసిన మొదటి సందేశం ఇది.

'ఆది నుంచి ఆకాశం మూగది
అనాదిగా తల్లి ధరణి మూగది
నడుమ వచ్చి ఉరుముతాయి మబ్బులు
ఈ నడమంత్రపు మనుష్యులకే మాటలు ఇన్ని మాటలు!!

అప్పటి నుంచి సాధ్యమైనంత మౌనంలో ఉంటూ ధ్యాన సాధన చేస్తున్న సమయంలో దేవీ నవరాత్రులు జరుగుతున్నాయి. ఆ సమయంలో నా అంతర్వాణి నుంచి సకల దేవతాస్వరూపమే స్త్రీ అని, అన్ని దేవతా అవతారాలు స్త్రీలోనే ఉన్నాయని, ఏ ఇంటిలో అయితే, ఏ సమాజంలో అయితే ఏ దేశంలో అయితే స్త్రీలు చైతన్య వంతులై ఉండి, పూజింపబడతారో, గౌరవించబడతారో ఆ ఇంటిలో, ఆ సమాజంలో, ఆదేశంలో సకల దేవతలు కొలువై అక్కడ సకల సర్వ శుభాలతో ఆయురారోగ్య ఐశ్వర్య విజయానంద శాంతి

సౌభాగ్యాలతో విరాజిల్లుతుందని సందేశం వచ్చింది. అలాగే ఆ దేవతా అవతారాల సత్యంతో కూడిన అంతరార్థాలు తెలియ జేయబడింది. ఆ సత్యార్థాలు అవగాహన చేసుకుని ధ్యాన సాధన చేస్తూ ఉంటే ఆధ్యాత్మికంగా ఎంతో ప్రగతిని సాధించవచ్చు.

ప్రతి ఒక్కరి జీవితంలో ఆనంద మకరంద సిరులు సమకూర్చుకొని జీవితాన్ని సరదాగా మలచుకునే పండగ దసరా? జ్ఞానం, ఐశ్వర్యం, ఆరోగ్యం, శక్తి, ఆనందం వంటి ఉన్నత విలువలను ఎవరైతే సాధిస్తారో వారిజీవితం సరదాగా సాగుతూ.. వారికి సకల విజయాలు దాసోహమై... ఈ భూమిపై వారు రాజాధిరాజులుగా మారి రాజరాజేశ్వరీ వారసులుగా వెలుగొందు తారు..!! ఇదే దసరా విజయ రహస్యం. ప్రతి ఒక్కరూ ఈ విజయాన్ని పొందగలరు. విజయారోహణకు కావల్సిన **10 సోపానాలే...** విజయదశమి... బాల త్రిపురసుందరి నుండి శ్రీశ్రీశ్రీ రాజరాజేశ్వరిదేవి అవతారాల పరమార్థం.! ధ్యానసాధన ద్వారానే ప్రతిఒక్కరూ ఈ విజయానందాన్ని అనుభవించగలరన్న సత్యాన్ని దసరాలో ప్రత్యక్షంగా పరిశీలిద్దాం.

1. బాల త్రిపుర సుందరి :

ఆధ్యాత్మిక ప్రగతిలో మొట్టమొదట అవతారం బాల త్రిపుర సుందరి. త్రిపుర సుందరి అంటే స్థూల, సూక్ష్మ మరి కారణలోకాలు అన్న మూడుపురాలలో విస్తారంగా విహరిస్తూ త్రిపుర సుందరిగా ఎరుకతో జీవించడమే..!!

ధ్యానసాధన ద్వారా మాత్రమే మన కష్టాలకూ, దు:ఖాలకూ బాధలకు కారణం వేరొకరు కాదు. తన వాస్తవానికి తానే సృష్టికర్త అన్న అవగాహనను స్థూల సూక్ష మరి కారణలోకాల నుంచి గ్రహించి అన్నింటినీ చిరునవ్వుతో స్వీకరిస్తూ చక్కటి అవగాహనతో జీవి స్తుంటాము. ఇదే బాల త్రిపుర సుందరీ దేవి దర్శన సందేశం. నా వాస్తవానికి నేనే సృష్టికర్తను అని తెలుసుకోవడమే ఆధ్యాత్మిక జీవితంలోకి మన ప్రవేశం మొదటి మెట్టు ఎక్కడం..!

2. అన్నపూర్ణదేవి :

దసరా పండుగలో రెండవనాడు మనకు దర్శనం ఇచ్చే దేవత అన్నపూర్ణ. కేవలం శరీరానికి అన్నం పెట్టడమే కాకుండా మానసిక, బుద్ధి ఆకలి కూడా తీర్చే దేవత! ఆకలి అంటే... కేవలం శరీరానికి సంబందించినది కాదు. మనస్సుకు ఉన్న దు:ఖం కూడా ఆకలే.

ఎవరైతే ధ్యానసాధన ద్వారా తన దు:ఖాలను దాటి జీవి స్తుంటారో.. వారు మాత్రమే సకలజనుల దు:ఖనివారణకు కృషి చెయ్యగలరు. ధ్యాన ప్రచారమే అందరి దు:ఖాలను నివారించగలదు. ధ్యానంతో పాటు సరియైన జ్ఞానం పంచడం వల్లనే అందరికీ ఉన్న ఆత్మ ఆకలి తీర్చగలవారే నిజమైన అన్నపూర్ణలు మరి ఇదే అన్నపూర్ణ రూపంలోని సందేశం.

3. గాయత్రీ దేవి :

విశ్వ వ్యాపక తన స్వస్వరూపాన్ని తెలుసుకున్న వారు గాయత్రి మంత్రంలోని 24 అక్షరాలకు 24 శక్తులకు ప్రతి రూపాలు కాగలరు వారే గాయత్రి దేవి కాగలరు.

"ఓం భూర్భువ: స్వ: తత్సవితుర్వరేణ్యం భర్గో దేవస్య ధీమహి ధియో యోన: ప్రచోదయాత్" అన్న గాయత్రీ మంత్రం యొక్క అంతరార్థం... ఈ భూమిపై ఉన్న సకల ప్రాణకోటికి ఉన్న దు:ఖాలు అంటే శరీరం లోపల మరి మనస్సు లోపల... ఆత్మలోపల నిండివున్న ఆది భౌతిక, ఆది దైవిక మరి ఆధ్యాత్మిక అనే త్రివిధ దు:ఖాలను అధిగమించడమే! తద్వారా విశ్వశాంతిని సాధించుటకు... గాయత్రీదేవి అవతారం.

మొదటి 41రోజుల ధ్యానసాధన వల్ల శారీరక దు:ఖం పోయి సంపూర్ణ ఆరోగ్యం వస్తుంది. ఇది శారీరకాంతి మరి ఆది భౌతిక శాంతి!!

రెండవ 41 రోజుల ధ్యాన ప్రచారం చెయ్యడం వల్ల మానసిక దు:ఖం పోయి సంపూర్ణ మానసిక ప్రశాంతత లభిస్తుంది. ఇది మానసిక శాంతి మరి ఆది దైవిక శాంతి..!

మూడవ 41 రోజుల... సజ్జన సాంగత్యం వల్ల సమాజం అంతా శాంతి వికసిస్తుంది. ఇది ఆత్మపరమైన ఆధ్యాత్మిక శాంతి.

ఈ మూడురకాల శాంతివుంటేనే సర్వప్రాణులు స్వేచ్ఛగా వుంటాయి. అలా వున్నవారే గాయత్రీదేవికి ప్రతిరూపాలు! ఎవ్వరైతే నిత్యం ధ్యానం ధ్యాన ప్రచారం సజ్జన సాంగత్యం మరి స్వాధ్యాయాదులలో నిమగ్నమై వుంటారో వారే శాంతి స్వరూపంతో కూడిన గాయత్రీదేవికి ప్రతిరూపాలుగా వుంటారు.

4.లలిత త్రిపురసుందరీ దేవి :

దసరా పండుగ పర్వ దినాలలో మరో ముఖ్య అవతారం లలిత త్రిపుర సుందరి... తనకు ఉన్నది ఒక్క నామం కాదు. సహస్ర నామాలతో తాను ఉన్నాననీ చెప్తుంది..! తను కేవలం ఒక్క రూపమే కాదు ఆకారమే కాదు. ఆ ఆకారం వెనుకవున్న ఆత్మను నేను అని తెలియజేస్తుంది. అఖండ ధ్యానసాధనలో నేను-నాది అన్నది దాటిన తరువాత సాక్షాత్కారం అయ్యే.. ఆత్మధ్యాన ప్రచారం ద్వారా అందరి దు:ఖాలను పోగొడుతూ త్రిపుర సుందరిగా ఎదిగి, అన్నపూర్ణలై గాయత్రీదేవి రహస్యాన్ని ఛేదించి పిమ్మట లలిత త్రిపుర సుందరీలుగా అవతరిస్తారు..! అయం ఆత్మా అని తెలుసుకుంటారు.

5. సరస్వతీ దేవి..

బాహ్యమైన చదువులతో జ్ఞానానికి సంబంధం లేదు. అంతర్ ముఖం కావడం వల్లే బ్రహ్మజ్ఞానం ఆత్మ జ్ఞానం పొందగలం. శక్తి హీనులై శృతి తప్పి జీవిస్తున్న మనిషి ధ్యానం చేయడం ద్వారా తన ఆత్మ శక్తితో తను శృతి కాగలడు. అప్పుడే సరస్వతీ దేవి చేతిలోని వీణ లాగ మన జీవితం కూడా సుస్వరాలు పలుకగలవు.

జ్ఞానానికి.. బ్రహ్మజ్ఞానానికి ప్రతిరూపమే... సరస్వతీదేవి. ధ్యాన సాధన ద్వారా మనం అందుకునే మొదటి బహుమతి సరస్వతి దేవి. అంటే బ్రహ్మజ్ఞానం..! సరస్వతి దేవి అంటే బ్రహ్మజ్ఞానం..!

సరస్వతి దేవి సందర్శనం... మానవ జాతికి దివ్యజ్ఞాన మార్గదర్శకం.

హంస అంటే శ్వాస! నిత్యం హంసతోఉంటే హింసను వీడిన పరమహంసలుగా విరాజిలుతారన్నది పిరమిడ్ మాస్టర్లు ఎరిగిన సత్యం.సరస్వతీదేవి చేతిలోవున్న వీణ.. సుస్వరాలను వినిపిస్తుంది...! అలాగే నిత్యం ధ్యానసాధన వల్ల సమస్త నాడీ మండల శుద్ధి జరిగి అన్నినాడులూ సవరించబడి... శరీరమంతా సుస్వరాలను వినిపి స్తుంది. మాటేమంత్రం అవుతుంది. అనుభవం... అపార జ్ఞాన భాండాగారం అవుతుంది. అది సకల విద్యలకూ మూలం అవుతుంది. ఇలాంటి జ్ఞానసాగరం ఉన్నచోట.. సిరిసంపదలు కొలువై వుంటాయి.

6. శ్రీ మహాలక్ష్మీ దేవి..

నీ మనస్సు ప్రేమతో నిండిన **పూర్ణకలశం** అయినప్పుడు ఆధ్యాత్మిక సంపద ఆనందం ఆరోగ్యం, ఆత్మజ్ఞానం నీ సొంతం అవుతుంది. ఎరుక అనే కవచంతో అహంకారం అనే చోరుని బారి నుంచి ఆ సంపదను కాపాడుతున్నప్పుడు సకల శిరులు అష్టలక్ష్ములతో కూడిన శ్రీ మహాలక్ష్మివి నీవే అవుతావు..

ఒక చేతిలో కలువ పుష్పం... మరోచేతిలో సిరిసంపదలను రాలుస్తూ శ్రీ మహాలక్ష్మిదేవి రూపం కొలువుతీరుతుంది. ఎవరైతే చుట్టూ ఉన్న బురదలో కూడా కలువ పువ్వులా జీవిస్తారో వారే లక్ష్మీదేవులు... కలువ బురదలోనే పుడుతుంది. కానీ ఏ మాత్రం బురదను అంటించు కోదు. అలాగే మనం కూడా సంసారం, సమాజం అన్న బురదలోనే ఉండాలి. కానీ ఏ మాత్రం ప్రాపంచిక దు:ఖం అంటించుకోకుండా ఉండాలి. అప్పుడే అష్టలక్ష్మీ రూపాలు మనకు వశం అవుతాయి. మరి సకల ఐశ్వర్యాలు మనకు ప్రాప్తిస్తాయి.

7. శాకాంబరీ దేవి..

ఒక చెట్టు పువ్వుపూసి కాయ కాసినా దానిని చూచినప్పుడు అది ఏ ఆనందం అయితే పొందుతుందో ఆ ఆనందం నీలో కలగాలి అప్పుడు సహజంగానే ఆ చెట్టు యొక్క ఫలాలను మనకు ఆనందంగా సమర్పిస్తుంది. పువ్వులు కాయలు కోసి విగ్రహానికి సమర్పించడం కాదు. ప్రకృతి ప్రేమతో

అందజేసిన ఆహారాన్ని, శాకాహారాన్నే భుజించాలి. అప్పుడే అందరూ శాకాంబరీదేవిలు అవుతారు.

ఎంత జ్ఞానం ఉన్నా.. అష్ట ఐశ్వర్యాలున్నా.. మనకు కావల్సిన మరో మహాభాగ్యం ఆరోగ్యం. దసరా పండుగ సరదాగా మారాలంటే అందరూ **శాకాహారులు కావాలన్నది శాకాంబరీ దేవి ఆజ్ఞ.**

శాకాహారులుకాని వారి దగ్గర ఉన్న జ్ఞానం మరి ఐశ్వర్యం అంతాకూడా సమాజానికి ప్రమాదకరం. అందుకే పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీస్ మూవ్‌మెంట్ ధ్యానం ప్రచారానికి, శాకాహార పాలనకు సమ ప్రాధాన్యతను ఇస్తూ అందరి జీవితాలలోను దసరాను నింపే ప్రయత్నం చేస్తుంది. మరి సంపూర్ణ ఆరోగ్యానికి మూలం శాకాహారం అన్న సత్యం ప్రజలందరికీ తెలియచేస్తుంది.

8. దుర్గాదేవి :

సంపూర్ణ ఐశ్వర్యాన్ని, బ్రహ్మజ్ఞానాన్ని సాధించిన తరువాత... దసరా పండుగలోని విశిష్టమైన అంశం. దుర్గాదేవి అవతారం..! సమస్త శక్తులను సమకూర్చుకుని... దుర్భేద్యమైన శక్తి కోటను నిర్మించుకొని సకల జీవరాశు లలోనూ ఉన్న అబేధ్యమైన.. శక్తికి ప్రతిరూపంగా నిలిచిన శక్తియొక్క విశ్వరూపం... దుర్గాదేవి..! సకల తల్లులకు తల్లిగా మరి ప్రకృతి మాతగా కొలవబడుతున్న మహాశక్తి దుర్గాదేవి..! దుర్గాదేవి పులిపై ఎప్పుడూ సమరానికి సిద్ధంగా వుంటుంది. సమరేచ దుర్గా అంటూ హింసపై.. అజ్ఞానంపై... **దు:ఖంపై ఎల్లప్పుడూ సమరానికి సిద్ధంగా వున్నవారే దుర్గాదేవిలు.** మరి వారే పిరమిడ్ మాస్టర్లు. అహింసా యోధులు.. శక్తి స్వరూపులు మరి సకల ప్రాణకోటికి రక్షకులు.

9. మహిషాసుర మర్ధని :

దసరా మహెూత్సవాలలో విశిష్టమైన మరో అంశం.. మహిషాసుర మర్ధిని. మహి+ అసుర మర్ధిని.. అంటే తనలోనున్న అరిషడ్వర్గాలు అనే **అసురులను (రాక్షసత్వాలను) హరింపజేయడం అన్నదానికే ప్రతి రూపం...**

మహిషాసుర మర్ధిని రూపం.

తన కాళ్ళక్రింద రాక్షసుడిని అణిచివేసి త్రిశూలంతో సంహరిస్తూ మెడలో పుర్రెలు వున్న మాలతో అరివీర భయంకరంగా కనిపించే అవతారమే మహిషాసుర మర్ధిని. అంటే ప్రక్కవానిలోని అసురులను హరించడమే కాక... తనలోని అసురులను చంపడమే మహిషాసుర మర్ధిని అవతారం యొక్క అంతరార్ధం. తనలో ఉన్న అసురులే.. నేను... నాది. నేను మంచివాడను అన్న అహంకారాలను ఎప్పటికి ధరి చేరకుండా త్రిశూలం వేయడమే మహిషాసుర మర్ధిని అవతారం.

10. శ్రీశ్రీశ్రీ రాజరజేశ్వరీ దేవి :

ఆనందానికి, తృప్తికి మరి హాయికి ప్రతిరూపమే శ్రీశ్రీశ్రీ రాజరాజేశ్వరీదేవి రూపం... సువర్ణ ఆభరణాలతో... సంపూర్ణ ఆరోగ్య భాగ్యంతో సకల సిరిసంపదలతో.. ప్రసన్న వదనంతో.. నిండైన స్వరూపంతో.. సుఖాసీనులై నిరంతరం ఆనందంతో జీవిస్తూ.. సాక్షీ భూతులుగా సర్వసృష్టినీ గమనిస్తూ మానవ జాతి ఉన్నతికై అహం బ్రహ్మాస్మి స్థితికి నిదర్శనంగా ఉండడమే శ్రీశ్రీశ్రీ రాజరాజేశ్వరీ దేవి.

అందరూ రాజరాజేశ్వరీ దేవి పీఠాధిపతులు కావాలన్నదే దసరా లక్ష్యం..! దసరా పండుగలో విజయదశమికి చేరుకోవడం అంటే దశావతారాలు పూర్తి చేసుకోవడమే. అఖండ ధ్యాన సాధన ద్వారానే ప్రతి ఒక్కరూ విజయ దశమిని ఆశ్వాదించగలరు. మరి ధ్యానశాకాహార ప్రచారాల ద్వారానే జీవితాన్ని సరదాగా తీర్చిదిద్దుకోగలరు.

మొత్తం దసరా అంటే స్త్రీ శక్తిని అనేక కోణాలలో అర్థం అయ్యేటట్లు చెప్పడమే! స్త్రీలందరిలోనూ ఆయా శక్తులు మరుగున పడి ఉన్నాయి. ఏ స్త్రీ అయితే అంతరంగంలోని ఆ శక్తులను ధ్యానం ద్వారా మేల్కొలిపి తన నిజ తత్వాన్ని ఎరుకలోనికి తెచ్చుకుంటుందో ఆ స్త్రీయే సకల దేవతా స్వరూపిణి కాగలదు

2. స్త్రీ మూర్తులకు ధ్యానం ఆవశ్యకత

ప్రస్తుతం మనమంతా యాంత్రికమైన జీవితాన్ని గడుపుతున్నాం. బాహ్యప్రపంచంలోని మిధ్యా ఆడంబరాల వెంట ఉరుకులు పరుగులు తీస్తున్నాం. ప్రతిక్షణం తీవ్రమైన శారీరక... మానసిక ఒత్తిడి!.. అశాంతి!.. అసంతృప్తి!.. ఒత్తిడి!.. అలసట!.. ఆందోళన! గర్భంతో ఉన్న తల్లి పరిస్థితులు ఇటువంటి నెగిటివ్ వైబ్రేషన్స్ కలిగి ఉంటే లోపల ఉన్న శిశువు ఆరోగ్యంగా.. ప్రశాంతంగా ఎలా ఉంటుంది?...ఉండదు గాక వుండదు! తల్లిలోని ఆందోళన, అశాంతి వంటి నెగిటివ్ వైబ్రేషన్స్ ఆబిడ్డకు కూడా వస్తాయి! అందువల్లనే అంగవైకల్యంతోనూ, అనారోగ్యాలతోను శిశువులు జన్మిస్తున్నారు. ఇవేనా భావితరాలైన మన చిన్నారులకు మనం ఇవ్వవలసినవి?

మానవులశక్తి అనంతమైనది. అందులోను స్త్రీశక్తి ఇంకా ఎక్కువ. స్త్రీశక్తి స్వరూపిణి అంటారు. కానీ అంతా నిర్వీర్యులై జీవిస్తున్నారు. శక్తిని పోగొట్టుకొని అనారోగ్యాలను కొని తెచ్చుకుంటున్నారు, కష్టాలు పడుతున్నారు. మరి స్వయంగా దేవుళ్ళయిన మనమంతా ఈ రకమైన అశాంతి.. ఆందోళనలతో.. అనారోగ్యాలతో నిరంతరం ఎందుకు తపిస్తున్నాం ?

సత్యం తెలుసుకోలేక!.. మనలోని అంతర్ ప్రపంచాన్ని విస్మరించి నందువల్ల!.. మనలోనే ఉన్న అసలైన 'నేను'ను గుర్తించలేక పోతున్నందు వల్ల!.. అనుక్షణం వ్యర్థమైన ఆలోచనలతో మనకు మనం పెడదారి పట్టి.. తద్వారా ఈ భూమి మీదకు రాగోరుతున్న బిడ్డలకు కూడా వాటిని సంక్రమింప చేస్తున్నాం! దీనినుండి బయటపడేది ఏలా? శరీరానికిఉన్న మురికిని స్నానం చేసి శుభ్ర పరుచుకుంటున్నాం, మరి మనస్సుకు పట్టిన.. వ్యర్థమైన ఆలోచనలనే మురికిని, మాలిన్యాన్ని శుభ్రం చేసుకోవడం ఎలా!

రోజులో కొంచెం సేపైనా బయటి విషయాలన్నీ వదిలేసి మనతో మనం కలిసి ఉండాలి! మనలోని అసలైన "నేను"తో కలసి ఉండాలి! మనలోకి మనం, మన అంతర్ ప్రపంచంలోకి ప్రయాణించాలి! దానికి మార్గం "ధ్యానం"! "ధ్యానం"అంటే మనశక్తిని మనం పెంపొందించు కోవడం. సహజంగానే శక్తి స్వరూపిణి అయిన స్త్రీకి ధ్యానం చెయ్యడం మరింత తేలిక. ఆత్మ యొక్క విశేషమైన శక్తి నూటికి 80% పురుషజాతిలో మూలాధార చక్రంలోను, స్త్రీజాతికి మణిపూరక చక్రంలోను నిక్షిప్తమై ఉంది. ఆత్మశక్తి జన్మతహ స్త్రీజాతికి అప్పటికే రెండింతల అధిగమించి వుంది.

ధ్యానం చేయడం ద్వారా స్త్రీలంతా మరింత శక్తిస్వరూపిణులై అన్ని రంగాలలో అభ్యుదయాన్ని అత్యంత త్వరితగతిని సాధిస్తారు. ధ్యానసాధనకు కావలసినది సహనమే. ధ్యానసాధనకు కావలసినది తితీక్షయే. ఈ రెండు స్త్రీజాతికి పుట్టుకతో తెచ్చుకున్న సుగుణాలు. స్త్రీజాతికి ధ్యానసాధన అన్నది ఎంతో తేలికైనది.

మానవ జాతిని ధ్యానసాధనలో ముందుండి తీసుకువెళ్ళే బాధ్యత స్త్రీ జాతిదే. స్త్రీయొక్క మాతృత్వ శోభ ధ్యానంద్వారా ద్విగుణీకృతం, త్రిగుణీకృతం అవుతుంది. స్త్రీ ధ్యాని అయితే పిల్లల పెంపకం సరైన విధంగా ఉంటుంది. స్త్రీ ధ్యానికాకపోతే పిల్లల పెంపకం సవ్యంగా వుండదు. మానవాళి మనుగడలో సరైన పిల్లల పెంపకం కన్నా మించింది లేదు. ప్రతి స్త్రీ ఎలా తల్లి అయిందో అలాగే విధిగా ఆత్మవిజ్ఞానాన్ని సంతరించుకోవాలి.

స్త్రీ శక్తిని సంపూర్ణంగా వినియోగించుకోబడిన సమాజమే సంపూర్ణ సమాజం స్త్రీలలో నిద్రాణంగా ఉన్న అనేకానేక సృజనాత్మక శక్తులను వెలికి తీయగలిగే శక్తి ఒక్క ధ్యానానికి మాత్రమే వుంది.

"నేటి స్త్రీలు సమాజంలో అనేక బాధ్యతలను నిర్వహిస్తున్నారు. కుటుంబ బాధ్యతలతో పాటు ఉద్యోగ బాధ్యతలను కూడా ఏకకాలంలో నిర్వహించవలసి రావడంతో వారు తీవ్ర మానసిక ఒత్తిడికి గురవుతున్నారు. ఈ కారణంగా వారు ఉబకాయులుగా, డిప్రెషన్ వంటి అనేకానేక అనారోగ్య

సమస్యలతో సతమతమవుతున్నారు. అయితే ధ్యానం ద్వారా మహిళలు తమ సమస్యలను డాక్టర్లూ, మందులూ అవసరం లేకుండానే తగ్గించుకుంటున్నారు.

స్త్రీలలో సహజంగా ఉన్న ప్రేమ, కరుణ, దయ, సహనం, క్షమాగుణం వంటి దివ్య లక్షణాలు మాత్రమే.. ప్రస్తుత సమాజాన్ని రక్షించగలిగే దివ్వకవచాలు. అని వారు గ్రహించి ధ్యానం ద్వారా వాటిని మరింతగా వెలికి తెచ్చుకుని సమసమాజ నిర్మాణానికి తోడ్పడాలి.

ప్రేమ, కరుణ, సహనం, శాంతి, దయ వంటి దైవ సంపదలకు నిలయమైన స్త్రీ... తనను తాను సర్వశక్తి సంపన్నురాలిగా గుర్తించాలి. "స్త్రీ" అన్న పదం 'స'కార+'ర'కార+'త' కారాలకు చెందినసత్వరజస్తమో గుణాల యొక్క అద్భుత మేళవింపును మనకు తెలియజేస్తుంది. ఇలా త్రిగుణాల యొక్క సమపాళ్ళ కలయికతో ప్రతి క్షణం నిర్గుణంలో అలరారే సంపూర్ణ శక్తి స్వరూపిణి అయిన "స్త్రీ" ఈశ్వర చైతన్యంతో కూడి అలరారుతోంది. కనుకనే భగవంతుడు కూడా ఎంతో నమ్మకంతో సృష్టికి ప్రతి సృష్టిని చేసే బాధ్యతను ఆమెకు అప్పగించాడు.

"కాబట్టి స్త్రీ మూర్తులందరూ కూడా తమ మహోన్నత్వాన్ని ఎరుకలో వుంచుకుని ధ్యాన జ్ఞాన సాధనలద్వారా సాన బెట్టుకుంటూ భవిష్యత్తులోకి ప్రయాణం చేయాలి.

"ప్రస్తుత పరిస్థితుల్లో ఇష్టం వచ్చినట్లు మనం బ్రతికేయకుండా సృష్టి ధర్మాలను అవగాహన చేసుకుని వాటికి అనుగుణంగా జీవితాన్ని గడపాల్సిన అవసరం ఎంతైనా వుంది. ప్రతి స్త్రీ తమ సంతానాన్ని నవ సమాజ నిర్మాణానికి పునాదులుగా మలచి రాబోయే సత్య యగానికి అందించాల్సిన బాధ్యత మాతృమూర్తులందరి పైనా వుంది. గత వందలాది సంవత్సరాలుగా ఇంత గొప్ప బాధ్యతను మరిచి పోయిన స్త్రీ జాతికి ధ్యాన సాధన ద్వారా మళ్లీ కర్తవ్యదక్షులను చేస్తున్న బ్రహ్మర్షి పత్రీజీకి వేల వేల ధన్యవాదాలు.

3. రజస్వల మహోత్సవం యొక్క పరమార్థం

మానవులు తన నూరేళ్ళ జీవితంలో తప్పక అనుసరించ వలసినవి నాలుగు దశలు. అవి బాల్యం, కౌమారం, యౌవనం, వార్ధక్యం అయితే శిశుత్వం పుట్టినప్పటి నుంచి ఏడు సంవత్సరాల వరకు బాల్యం, 14 సంవత్సరాల వరకు కౌమారం 14 సంవత్సరాల నుంచి 21 సంవత్సరాల వరకు యౌవనం, 21 సంవత్సరాల నుంచి 40 సంవత్సరాల వరకు ఆ తరువాత వృద్ధాప్యం క్రమంగా సంప్రాప్తించే దశలు. ఎందుకంటే మానవ జీవితంలో పుట్టినప్పటి నుంచి ఏడు సంవత్సరాలకు ఒకసారి శరీరంలో దైవికంగానూ, మానసికంగానూ పరివర్తనం జరుగుతూ ఉంటుంది. ఇది ప్రకృతి నియమం.

అయితే స్త్రీ జీవితంలో బాల్య దశ నుండి కౌమార దశలో అడుగు పెట్టే సమయంలో దేహానికి ప్రకృతి పరంగా సృష్టికి ప్రతి సృష్టి చేయడం కోసం నూతన సృష్టి కార్యక్రమానికి నూతన అవయవాలు ఉదా : గర్భాశయం, పాలిండ్లు మొదలైనవి ఏర్పడతాయి. వాటికి ఎంతో శక్తి సామర్థ్యాలు అవసరం. కనుకనే స్త్రీ జీవితంలో ప్రాప్తించే దశలలో బాల్యం నుంచి కౌమారంలోకి ప్రవేశించే ఈ దశ రజస్వల అవడం అనేది అత్యంత ప్రధాన అంశం. అందుకే మహాత్ములు ఒక బాలిక రజస్వల అయినప్పుడు ఆధ్యాత్మిక పరమైన రజస్వల మహోత్సవం అనే సంస్కారాన్ని అందించారు. అయితే మహా పురుషులు ఏర్పరచిన సంస్కారాలకు విశేషమైన గూఢార్థం ఉంది. వాటిని

తెలుసుకుని గ్రహించి ఆచరణలో పెట్టినట్లయితే మంచి ఫలితాలు పొంది తీరుతాం. కనుక ముందుగా రజస్వల అవ్వడం అంటే ఏమిటి? రజస్వల మహోత్సవం అంటే ఏమిటి అది ఎలా చేయాలో ఎందుకు చేయాలో తెలుసుకోవాలి.

ఒక బాలిక బాల్యదశ నుండి కౌమార దశలోకి ప్రవేశించే సమయంలో అంటే 12 సం॥ల నుంచి 16 సం॥ల లోపు వారి శరీరంలో ప్రకృతిపరమైన సహజ సిద్ధంగా సృష్టి కార్యక్రమంలో భాగంగా నూతన సృష్టికై గర్భాశయం ఏర్పడితే గర్భాశయం ద్వారా దివ్యశక్తి (డివైన్ పవర్)ని రిసీవ్ చేసుకునే శక్తి ఆడపిల్లకు వచ్చిందని తెలియజేస్తూ నూతన సృష్టికై అండం విడుదల జరిగి అది రక్తస్రావంగా బయటకు వస్తుంది. దీనినే మెచ్యూర్, రజస్వల (పెద్దమనిషి) అయ్యింది అని పేర్కొంటారు.

ఆ సమయంలో శారీరకంగానే కాకుండా మానసికంగా ఆడ పిల్లల యొక్క ఆలోచనలు వృద్ధి చెందడం మనం గమనించవచ్చు. పిల్లలు పుట్టగానే వారి ప్రతి జీవకణమూ బలపడుతూ మొదటి శరీరం శక్తిని సమీకరించు కుంటుంది. దేహం పరిపక్వ స్థితికి పూర్తిగా ఎదగడానికి మరికొంత సమయం పడుతుంది. శరీరంలో శక్తి స్థాయి నెమ్మదిగా పెరుగుతూ పెరుగుతూ 14 సం॥ల నుంచి మూసి పెట్టుబడి ఉన్న ఓ ద్వారాన్ని బలంగా నెట్టి తెరిపిస్తుంది. ఒక్కసారి కట్టలు తెంచుకుని కామం విజృంచిస్తుంది. దీనినే పెద్ద మనిషి రజస్వల అవ్వడం అంటారు. అంటే రజోగుణం జ్వలింపబడి స్వరూపం లయం అవుతుంది. అంటే స్వరూపం లయం అవ్వడం అంటే స్వరూపాన్ని తన నిజతత్వాన్ని, ఆత్మతత్వాన్ని మరిచి పోవడం దానితో ఒక్కసారి శరీరకంగా కట్టలు తెంచుకుని కామం విజృంభించిన తరువాత దారి (ఆత్మవైపు) మళ్ళించడం చాలా కష్టం. దాని సహజ స్వభావంగానే మానవ జీవశక్తి వెల్లువలా కొత్తగా ఏర్పడ్డ మార్గం ద్వారానే పరవళ్ళు తొక్కుతూ ఉంటుంది.

గంగానది ఒక పథాన్ని ఏర్పరుచు కుని పరవళ్ళు త్రొక్కడం ప్రారంభించిన తరువాత ఎట్టి పరిస్థితుల్లోనూ తన ప్రయాణ మార్గాన్ని

మార్చుకోదు. కానీ ప్రవాహతీరు మాత్రం మారదు. అదే విధంగా మానవులోని కామశక్తి, జీవశక్తి కూడా యుక్త వయస్సులో క్రొత్తగా ఏర్పడ్డ మార్గంలోనే ప్రవహిస్తూ ఉంటుంది.

గృహస్థాశ్రమంలోకి ప్రవేశించకముందే అంటే బాల్యం నుండే యుక్త వయస్సులోనే కామపిపాసా జాడ్యంనుండి స్వస్తత కలిగించాలంటే కామద్వారం తెరుచుకోక మునుపే ధ్యానం ద్వారా మరో క్రొత్త ద్వారాన్ని ఉపనయనం (జ్ఞాననేత్రం) బ్రహ్మచర్యం అనే ద్వారాన్ని సృష్టించడం అత్యంత ఆవశ్యకం!

సెక్స్ గురించి చెడుగా చెబితే ఎదిగీ ఎదగని వయస్సువారికి కుతూహలం ఎక్కువవుతుంది. ఇది ఒక ప్రమాదకరమైన పద్ధతి. అందుకే బాల్యం నుంచే పిల్లలందరికీ ధ్యానాన్ని తప్పకుండా నేర్పించాలి. ధ్యానం ఎలా చేయాలో బోధించాలి. పెద్దవయస్సులో ధ్యానస్థితిని పొందటం చాలాకష్టం. కాలంకాని కాలంలో విత్తనం నాటితే ఎలా నిష్ప్రయోజనమో బాగా పెద్దవయస్సులో ప్రారంభించే ధ్యానం కూడా అంతే. ధ్యానాంకురాన్ని చిన్న పిల్లలలోనే సులభంగా నాటవచ్చు. పెరిగి పెద్దైన వ్యక్తి తన జీవితపు చరమాంకంలోనే ధ్యానం పట్ల కొంత ఉత్సాహాన్ని చూపుతాడు. శరీర శక్తంతా ఉడిగి పోయిన తర్వాత బాగుపడే అవకాశం ఏ మాత్రం ఉండని సమయంలో ధ్యానం గురించీ, యోగంగురించీ ఆలోచిస్తారు. జీవిత చరమాంకంలో ధ్యానం ద్వారా ఆత్మానుభవం పొందాలను కోవడం ఒక విచిత్ర పరిస్థితి. చిన్న వయస్సులో ధ్యానం ప్రారంభించి వుంటే ఆత్మానుభవాన్ని సులభంగా పొందగలరు.

ఈ ప్రపంచంలో అతి కష్టమైనది "ఆత్మానుభవం" ఆత్మాను భవాన్ని పొందిన తరువాతే నిజానికి గృహస్థాశ్రమంలోకి ప్రవేశం చాలి. ఆ తరువాతే పిల్లల్ని కనిపెంచాలి. ఆత్మానుభవం అన్నది ధ్యానాభ్యాసం ద్వారానే అంకురిస్తుంది. ధ్యానయోగం అంటే చిత్తవృత్తి నిరోధం. ఇది కేవలం. **"ఆనాపానసతి"** లేక శ్వాస మీద ధ్యాస ద్వారానే సాధ్యం.

కనుక శిశుత్వం పోయి బాల్యత్వం వస్తూనే బాలబాలిక లందరూ ప్రప్రథమంగా బ్రహ్మోపదేశం తీసుకుని ధ్యాన సాధనను వారి జీవితంలోకి

ప్రవేశ పెట్టుకోవాలి. బాల్యత్వం 7సం॥లు ఉంటుంది. ఏడు సంవత్సరాల తరువాత బాల బాలికలు యవావస్థాలో ప్రవేశిస్తారు. ఈ ఏడు సంవత్సరాలలో పూర్తిగా బ్రహ్మజ్ఞానులై విలసిల్లు తారు! బ్రహ్మచారి/ బ్రహ్మచారిణులు అవుతారు! యౌవనావస్థలో ప్రవేశిస్తూనే దేహానికి ప్రకృతి పరంగా, నూతన సృష్టి కార్యక్రమానికి తగిన శక్తి సామర్థ్యాలు వస్తాయి. కనుక వెంటనే గృహస్థా శ్రమానికి హాయిగా వెళ్ళాలి.

ఈ విధంగా బాల్యం ప్రారంభంలోనే బ్రహ్మోపదేశం, ఉప నయనం కార్యక్రమాలు చేపట్టి బాల్యవయస్సులోనే పూర్తిగా ధ్యానాభ్యాసముతో యుక్త వయస్సులో ప్రవేశించగానే పూర్తి బ్రహ్మచారులై, బ్రహ్మ చారిణులై **దేహధారుడ్యంతో పాటు ఆత్మ దారుఢ్యం** సంపూర్ణంగా పొందుతారు. అలాంటివారు వెంటనే గృహస్థాశ్రమం స్వీకరించి నూతన శిశువులను ప్రకృతి ఒడిలోంచి స్వీకరించి వారు శిశుత్వంలో వున్నప్పుడు వారి శరీర పోషణ సక్రమంగా చూసు కుంటూ వారు బాల్య దశలోకి రాగానే వారి ఆత్మోన్నతికి కూడా కారణభూతులౌతారు. ఈ విధంగా సరైన పిల్లలపెంపకంతో వారి దాంపత్యజీవితం వైభవంగా కొనసాగుతుంది. అదే కదా **"గృహ స్థాశ్రమ ధర్మం"** అంటే...

ప్రస్తుత పరిస్థితుల్లో మన ఇష్టం వచ్చినట్లు బ్రతికేయకుండా గృహస్థాశ్రమంలో ప్రవేశించన దంపతులిద్దరూ స్వాధ్యాయ, సజ్జన సాంగత్య ధ్యాన సాధన ద్వారా పొందిన ఆత్మ జ్ఞానంతో సృష్టి ధర్మాలను అవగాహన చేసుకుని వాటికి అనుగుణంగా జీవితాన్ని గడపాల్సిన అవసరం ఎంతైన వుంది. తమ సంతానాన్ని నవ సమాజ నిర్మాణానికి పునాదులుగా మార్చి రాబోయే సత్య యుగానికి అందించాల్సిన బాధ్యత గృహస్థులపైనే వుంది.

అయితే ఆ సమయంలో వారి శరీరాలలో ఏర్పడే మార్పులను ఎలా స్వీకరించాలో తెలియక చాలా ఇబ్బందికి గురవుతూ ఉంటారు. కనుక మహాత్ములు ఏర్పరచిన ఈ రజస్వల మహోత్సవ సంస్కారం యొక్క విశిష్టతను అవగాహనతో గుర్తించి ఆ సమయంలో పెద్దలు జాగ్రత్తగా బాధ్యతగా

వ్యవహరించి ఇది అందరికీ కౌమార దశలో ప్రవేశించ గానే సృష్టికి ప్రతి సృష్టి చేయగల సామర్థ్యాన్ని ఎంత ప్రేమగా నమ్మకంతో ప్రకృతి మీకు గర్భాశయాన్ని ఏర్పరచింది. కనుక అంతే బాధ్యతగా మీరు ఆ సమయంలో శక్తి సామర్థ్యాలను ప్రకృతి నుంచి ధ్యాన సాధన ద్వారా పొందాలి. శారీరకంగా శ్రమ చేయకుండా ఆ సమయంలో ప్రకృతికి ప్రతి రూపంగా తాటియాకులనే ఆసనంగా చేసుకుని ధ్యాన మనస్కులై విశ్రాంతి తీసుకుంటూ కత్తితో కోయని ఆహారాన్ని అంటే సాత్విక ఆహారం,పౌష్టికమైన శాకాహారం, ఫలాహారం, డ్రైఫ్రూట్స్‌ని విరివిగా తీసుకుంటూ ఉండాలి. అందుకొరకే రజస్వల మహోత్సవం అనే సంస్కారాన్ని ఏర్పరచారు. అని తెలియజేయవలసిన బాధ్యత పెద్దలదే.

అలా కాకుండా రజస్వల మహోత్సవం గురించి ఏమాత్రం అవగాహన లేకుండా పెద్ద వాళ్ళు ఏడ్వడం రహస్యంగా ఎవరికీ తెలియకూడదు అని దాచిపెట్టడం అప్పుడే ఇలా జరిగింది ఏమిటి? అని మాట్లాడుకోవడం అందరికీ దూరంగా గదిలో ఒంటరిగా ఉంచడం లాంటివి చేస్తే పిల్లలలో నాలో జరగరానిది ఏదో జరిగింది అన్న భావనకు లోనై అదే వాళ్ళలో బ్లాక్‌గా తయారై భవిష్యత్తులో గర్భాశయ సమస్యలకు దారి తీయవచ్చు. ఇప్పుడు పిల్లలు 10, 11 సంవత్సరాలలో రజస్వల అవ్వడం జరుగుతుంది. దానికి కారణం వాళ్ళకు ఇచ్చే ఆహారంలో లోపం, హార్మోన్స్ ఎక్కువగా ప్రేరేపించే ఆహారాన్ని ఇవ్వడం ద్వారా చిన్న వయస్సు లోనే రజస్వల అవుతున్నారు.

ఉదా : గుడ్లు, పాలు పశువులకు హార్మోన్స్ ఇంజక్ట్ చేయడం ద్వారా వచ్చే పాల ఉత్పత్తులు...

అలాగే ఈ సమయంలో పెద్దవాళ్ళు రజస్వల ఫంక్షన్ పేరుతో ఎంత ఆర్భాటంగా చేయాలి అనే దాని మీద ఉన్న ధ్యాస పిల్లల ఆలోచనా విధానం ఎలా ఉంది. వాళ్ళు ఏం కోరుకుంటున్నారు? వారికి సరైన అవగాహన కల్పిస్తున్నామా? సరైన సమాచారం అందించామా అని ఆలోచించరు.

బహిష్టు :

స్త్రీ శరీరములో ప్రత్యుత్పత్తికి అనువుగా గర్భాశయము దానికి అనుసంధానము చేస్తూ కుడి ఎడమలకు విస్తరిస్తూ అండాశయాలు ఉంటాయి. ప్రతి 28 రోజులకు ఒక ఋతు చక్రముగా పిలుస్తారు. బహిష్టు మొదటి రోజే అండకణం ఉనికి మొదలై ఈ స్త్రీ మొదటి మూడు రోజులలో మానసిక స్థితి శారీరక ఆరోగ్యముపై ప్రభావము పూర్తిగా ఉంటుంది. ఇది 4,5 రోజుల నుంచి వీర్య కణం యొక్క సంపర్కానికి సిద్ధంగా ఉంటుంది. వీర్యకణంతో సంపర్కం చెందితే అది 'పిండం'గా మారి అప్పటికే సిద్ధముగా ఉన్న గర్భాశయములోనికి పలుచని పొరపైకి చేరి అక్కడ స్థిరపడి బిడ్డగా రూపాంతరము చెందుతుంది. విడుదలైన అండం ఫలదీకరణం చెందకపోతే స్త్రీ అండాన్ని చందుర్రినితో పోల్చవచ్చు. అమావాస్య నుంచి పౌర్ణమి వరకు చంద్రుడు ఎలా వృద్ధి చెందుతూ పూర్ణ స్థితికి వస్తాడో అలాగే అండకణం కూడా 15 రోజులకి పూర్ణస్థితికి చేరుకుంటుంది. 16వ రోజు నుంచి క్షీణిస్తూ తన రూపాన్ని మార్చుకుని 28 రోజుల తరువాత రక్త స్రావంగా బయటకు వస్తుంది. ఈ ప్రక్రియ అంతా దివ్యశక్తి సహాయంతోనే జరుగుతుంది. ఆ **దివ్యశక్తి (Devine Power) సహాయంతోనే బిడ్డ పెరుగుదల జరుగుతుంది.** స్త్రీలు సహజంగా బహిష్టును అసహ్యించుకుంటారు. బిడ్డను ముద్దు చేస్తారు. ఆ దివ్యశక్తి (Devine Power) నే వైద్య పరిభాషలో హార్మోన్స్ అంటారు.

మానసిక ప్రశాంతతలో ఉన్న స్త్రీ యొక్క అండం లేత పసుపు పచ్చ రంగుతో చుట్టూ అద్భుతమైన నీలపుకాంతితో నిండి ఉంటుంది. అలాంటి అండాన్ని ఉన్నత లోకాల ఆత్మలు ఆకర్షిస్తాయి. కనుక ప్రతి స్త్రీ రజస్వల అయినప్పటి నుంచి ధ్యాన స్వాధ్యాయ సజ్జన సాంగత్య కార్యక్రమాలను చేపట్టడం ద్వారా నాగదోషం అనబడే కుండలినీలో ఉండే బ్లాక్స్ అన్నీ తొలగిపోయి ఎటువంటి ఋతుచక్ర, గర్భాశయ సమస్యలు తలెత్తవు.

విశ్వమయ ప్రాణశక్తి ప్రవాహ లోపం వలనే సుషుమ్న నాడిలో వెన్నుపాములో ప్రవహించే విశ్వమయ ప్రాణశక్తి లోపాన్నే నాగదోషం అంటారు.

ఎవరైతే ఈ రజస్వల మహోత్సవ సంస్కారం యొక్క విశిష్టతను గుర్తించి తమ పిల్లలచేత ధ్యానం చేయిస్తూ శాకాహారాన్నే అమృత హారాన్నే ఇస్తారో, అన్ని దానాల్లో కెల్ల విశిష్టమైన ఆత్మ జ్ఞానాన్ని పంచుతారో వారి దోషాలన్నీ తొలగిపోయి వారి జీవితాలు ఆరోగ్యంగా ఆనందంగా విరాజిల్లుతుంది. అలా చేస్తారు కదా? అవును చేస్తాం.

తాటియాకులు, ధర్భగడ్డికి భూమ్యాకర్షణ శక్తిని జీరో చేయగల లక్షణం ఉంది కాబట్టే వీటిని రజస్వల సమయంలో ఆసనంగా ఉపయోగిస్తారు.

౪. గర్భాశయం విశిష్టతను గుర్తించండి!

ఋతుచక్రం స్త్రీలకు వరం :

ఋతుచక్రం స్త్రీలకు మాత్రమే ఎందుకు? సృష్టి మొదలు సృష్టి క్రమం ఆగకుండా జరుగుతూ ఉండాలి. అంటే పురుష తత్వం నుంచి బీజంగా వెలువడి స్త్రీతత్వం దానిని ధరించి శరీరాన్ని, జీవాన్ని ఇస్తుంది. అలా స్త్రీతత్వం బీజాన్ని ధరించి శరీరాన్ని, పోషణ, జన్మలను ఇవ్వడానికి సృష్టి నుంచి స్త్రీతత్వానికి కొన్ని బహుమతులు ఇవ్వబడ్డాయి. అది మొదటిది.

గర్భాశయము :

సృష్టికర్తలు గర్భాశయాన్ని అన్ని అవయవాల వలె కాకుండా దానికంటూ కొంత ప్రత్యేకతను దివ్యత్వాన్ని ఇచ్చి స్త్రీ శరీర నిర్మాణం జరిగింది. ఎందువల్ల అంటే సృష్టికొనసాగింపు, దాని నుంచి జరగాలి కనుక, స్రీతత్వంపై ఎంతో నమ్మకంతో గర్భాశయాన్ని ధరించే బాధ్యత అప్ప గించబడింది. ఏ సాధన చేయనవసరం లేకుండా ప్రకృతి ఋతుచక్ర సమయంలో దివ్యశక్తిని ఆకర్షించి తనను తాను శుభ్రపరచుకుంటూ అదే దివ్యశక్తితో కొత్తజీవి యొక్క శరీర నిర్మాణము చేస్తూ తను నివశిస్తున్న శరీరాన్ని కూడా ఆధ్యాత్మిక శక్తితో నింపుతుంది. **దేవాలయములో గర్భాల యానికి ఉన్నంత ప్రాముఖ్యత స్త్రీ శరీరములో గర్భాశయానికి ఉంది.** దివ్య శక్తిని (Devine Power) ను ఆకర్షించే శక్తి భూమి మీద స్త్రీ గర్భాశయానికి తప్ప వేరే దేనికీ ఆ శక్తి లేదు. అందువల్లే ఒక జీవి జీవితాన్ని సంతరించుకుని శరీర నిర్మాణము 'ఆత్మ' ప్రవేశము ఇదంతా 'గర్భాశయము ద్వారా మాత్రమే జరుగుతుంది. మన శరీరంలో ఏదైనా అవయవము తేడా వస్తే,

ఉదా: కాలు, చెయ్యి, కన్ను వగైరాలు... వాటిని పూర్తిగా తొలగించు కోము.

వాటిని సరిచేసుకోవడానికి మనం చేయవలసిన ప్రయత్నాలు అన్నీ చేస్తాము. కాని గర్భాశయము విషయానికి వస్తే చాలా తేలికగా తొలగించుకోవడం జరుగుతుంది. అలా జరగటానికి గల కారణం గర్భాశయం గురించి పూర్తిగా మనకు తెలవకపోవడమే మరియు గర్భాశయం ఉన్నంత కాలం మెనోపాజ్ వచ్చేంతవరకు ప్రతి నెల ఋతుచక్రం రావడం ఆ సమయంలో స్త్రీలకు కలిగే శారీరక ఇబ్బందుల వలన మరియు పూజలు, వ్రతాలు, శుభకార్యాలలో పాల్గొనే అవకాశం లేకపోవడం వలన తమకు తెలియకుండానే ఆ స్థితులు పట్ల అసహ్యాన్ని పెంచుకుంటారు. దీనికి తోడు మన పెద్దలు ఏర్పాటు చేసిన ఆచార వ్యవహారాల వలన ఋతుచక్రం వద్దు అనే భావాన్ని కలిగి వుంటున్నారు. మన ప్రతి మానసిక ఆలోచన శరీరంపై ప్రభావం చూపుతుంది. కనుక గర్భాశయంలో సమస్యలు మొదలవుతాయి. ప్రతి ఋతుచక్రం సమయంలో ఒక దివ్యశక్తిని స్త్రీలు పొందడం జరుగుతుంది. స్త్రీలోకం (Misses) చెప్పడం జరిగింది. అలాంటి శక్తి మనలోకి వస్తుందా లేదా అని పరిశీలించుకోవాలంటే ఈ ఋతు చక్రం సరిగ్గా జరుగుతున్న స్త్రీలలో మానసిక ధృడత్వం, శారీరక సౌష్టవం, ఆకర్షణ గర్భాశయం లేని మెనోపాజ్‌లో ఉన్న స్త్రీలలో ఉండవు. 50సంవత్సరాల వయస్సులో రావాల్సిన మెనోపాజ్‌ను గర్భాశయం తొలగించుకోవడం ద్వార చిన్నవయస్సునుండే ఆ ఇబ్బందులన్నీ భరించవలసి వస్తుంది.

మిసెస్ (Misses) లోకం వారు అందిస్తున్న మరియొక ముఖ్యమైన సమాచారం ఏమిటంటే సంభోగ సమయంలో పురుషాంగం వత్తిడి వల్ల స్త్రీయొక్క గర్భాశయము ఆకర్షించే ఒక శక్తిని ఆ సమయంలో పురుషుడు పొందడం జరుగుతుంది. ఆ శక్తే స్త్రీ పురుషుల ఇద్దరి యొక్క ఆధ్యాత్మిక ఉన్నతికి భౌతిక జీవితంలో ఒకేమాట, ఒకేబాటగా పయనించడానికి దోహదం చేస్తుంది. దయచేసి అపూర్వంగా లభించిన స్త్రీయత్వానికి గుర్తైన గర్భాశయాన్ని ఏ స్త్రీ తొలగించు కోవల్సిన పరిస్థితి రాకూడదని కోరుకుంటున్నాను.

5. బహిష్టు సమయంలో ఆచారాలు ఎందుకు పెట్టారు?

ఆచారాలు ఎందుకు పెట్టబడ్డాయి :

బహిష్టు అనగానే మనకు ఎన్నో ఆచారాలు నిబంధనలు విధించ బడ్డాయి. దివ్యమైన శక్తి వల్లే ఇదంతా జరుగుతూ ఉంటే ఇవి అన్నీ ఎందుకు విధించబడ్డాయి అనే ప్రశ్న ఉత్పన్నం కావచ్చు. ఋతుస్రావం కనబడగానే వెంటనే తలస్నానం చేయాలి అనే ఆచారము కలదని అర్థం దివ్యశక్తి (Devine Power)ని తీసుకోవడానికి మన శరీరాన్ని సిద్ధం చేయడమే.

ఏదీ ముట్టుకోరాదు. అంటుకోరాదు. అనడానికి అర్థం అలా చేస్తే పాపం అని మన పెద్దలు అనేవారు. ఆ సమయంలో స్త్రీ యొక్క నాడీ మండలం సున్నితంగా మారి తద్వారా శరీరం కూడా సున్నితంగా మారడం జరుగుతుంది. అలాంటి శరీరానికి విశ్రాంతి చాలా అవసరం. ఏ పని చేయరాదు. ఎక్కడికి వెళ్ళరాదు అనే ఆచారం వల్ల శరీరానికి విశ్రాంతి లభిస్తుంది. తేలికైన తక్కువ వస్త్రాలు ధరిస్తారు. మానసికంగా కూడా ప్రశాంతత లభిస్తుంది. అప్పుడు మాత్రమే దివ్యశక్తిని అపరిమితంగా మనం తీసుకోగలం.

మహాభారతంలో ద్రౌపది నేను ఏకవస్త్రదారినై వున్నాను అని చెప్పడానికి అదే కారణం ఆమె బహిస్టులో వుంది.

దివ్యశక్తిని పూర్తిగా అనుభూతి చెందడం వల్ల మాత్రమే శారీరక మానసిక ఉద్వేగాలు బ్యాలెన్స్ చేయగలరు. ఇప్పటి ఆడవాళ్ళలో ఎన్నో రకాల

అనారోగ్యాలకు కారణం దివ్యశక్తి సరిగా పొందలేక పోవడమే. శుద్ధ సాత్వికాహారం కూడా చాలాముఖ్యం (మురికిగా ఉన్న పాత్రలో ఎంత మంచివంటకాన్ని చేసినా అది తినడానికి పనికిరాదు) అలాగే విశ్వం ఎంతోప్రేమతో స్త్రీలకు మాత్రమే బహిష్టులో మాత్రమే వచ్చే అత్యంతద్భుతమైన దివ్యశక్తిని తప్పుగా భావించి సరియైన జాగ్రత్తలు పాటించకపోవడం వల్ల దివ్యశక్తిని పొందలేక పోతున్నారు.

బహిష్టు సమయంలో బ్లీడింగ్‌తో పాటు మనకంటికి కనబడని ఒక వాయువు కూడా విడుదల అవుతుంది. ప్రతి నాలుగు గంటలకు ఒకసారి నేప్కిన్స్ మార్చడం చాలా అవసరం లేదంటే ఆ వాయువు వెనక్కి లోపలికి వెళ్ళే అవకాశం ఉంది. దాని వల్ల కూడా గర్భా శయంలో ఇన్‌ఫెక్షన్స్ వస్తాయి. లోదుస్తులు కాటన్‌వి వాడడం శరీర శుభ్రత చాలా ముఖ్యం. శరీరానికి గాలి తగిలేలా తక్కువ వస్త్రాలు ధరించడం అవసరం.

6. బహిష్టు సమయంలో పూజలు, వ్రతాలు ఎందుకు చేయరాదు?

బహిష్టు సమయంలో పూజలు, వ్రతాలు చేయరాదు :

ఋతుస్రావం జరుగుతున్న ఆ మూడు రోజులు గర్భగుడిలో ఉన్న దేవత ఏ ఎనర్జీలో అయితే ఉంటుందో స్త్రీ శరీరం కూడా అదే ఎనర్జీలో అదే స్థితిలో ఉంటుంది. ఒక రాయిని విగ్రహంగా మలిచి నువ్వే దేవుడవు అని పదే పదే అక్కడ సంకల్పించడం వల్ల ఆ విగ్రహం కూడా ఎలాగైతే ఎనర్జీని గ్రహిస్తుందో అలాగే స్త్రీ శరీరం కూడా ఆ మూడు రోజులలోను ఏ ఎనర్జీ అయినా త్వరగా స్వీకరించే గుణం కలిగి ఉంటుంది. ఉదా : (దెయ్యాలు, పూనకాలు) ఆడవాళ్ళకే ఎక్కువ రావడానికి ఇదే కారణం. అందువల్ల వేరే ఎనర్జీలోకి మారకుండా ఇంటి ఎనర్జీలో ఉండడం కోసం అవేమీ చేయరాదు అన్నారు. అంతేకానీ పూజలు వ్రతాలు అవసరం లేదు, చేయరాదు అని దాని అర్థం కాదు. దీనిని తప్పుగా అర్థం చేసుకుని ప్రకృతి సహజంగా జరగవలసిన ఋతుచక్రాన్ని ఆపడానికి హార్మోన్ టాబ్లెట్స్ వేసుకోవడం వల్ల పూర్తిగా ప్రకృతిని వ్యతిరేకించినట్లే తరువాత ఎన్నో ఋతుచక్ర సమస్యలను మనమే కల్పించినట్లవుతుంది.

ఋతుచక్రం అనేది స్త్రీలకు వరం

స్త్రీలు ఏ యజ్ఞాలు చేయ్యనవసరం లేకుండానే బహిష్టు సమయంలో

కొన్నిపాపాలు వాటి అంతట అవే పోతాయి. (భారతంలో భీష్ముడు, ధర్మరాజుతో అన్న వాక్యాలు) భీష్మ పర్వం.

హరిద్వార్ శాంతికుంజ్ అనే గ్రామంలో పండిత శ్రీరామశర్మ ఆచార్య గాయత్రిపరివార్‌వారి ఆధ్వర్యంలో విశ్వామిత్రుడు తపస్సు ఆచరించిన ప్రదేశంలో రోజులో 24 గంటల సమయం ఇద్దరు ఆడవాళ్ళు గాయత్రి మంత్రాన్ని పఠిస్తూ ఉంటారు. బహిష్టులో కూడా వారు గాయత్రి పఠిస్తూనే ఉంటారు. తన గురించి తాను తెలుసుకుని తన సహతత్వాన్ని నింపుకున్న స్త్రీ ఏ యజ్ఞాలు, యాగాలు, సాష్టాంగ నమస్కారాలు అవసరం లేదు.

పూర్వం ఏర్పడిన అండం పగిలి బయటకు రావడం, కొత్త అండం ఏర్పడడం ఋతుస్రావం మూడు రోజులలోనే జరుగుతుంది. అంటే ఒక బిడ్డ పుట్టుకకు మూలం ఋతుస్రావ సమయంలోనే మొదలవుతుంది. కాబోయే తల్లులు సరియైన సంతానం కలగాలి అంటే ఋతుస్రావం జరుగుతున్న రోజుల నుండే ఎంతో ఎరుకతో ఉండాలి. స్త్రీ యొక్క ఆ మూడు రోజుల మానసిక పరిస్థితిని బట్టి అండం ఏర్పడి అది పిండంగామారి బిడ్డగా రూపాంతరం చెందుతుంది. ఋతుస్రావం జరిగే సమయంలో ఆందోళనతోనూ, భయాలతోనూ ఉండి నెల తప్పినప్పుడు తల్లికి, బిడ్డకి సమన్వయం కుదరక అబార్షన్లు జరగడం, బిడ్డ ఆరోగ్యంగా పెరగకపోవడం, లేక బిడ్డ భూమి మీదకు వచ్చిన తరువాత సరియైన స్థితిలో లేకపోవడమూ ఏ నిర్ణయము తీసుకోలేకపోవడము, తన నిర్ణయం మీద తనకి అదుపు లేకపోవడము వంటి సమస్యలు ఎదురవుతాయి.

సరైన ఋతుచక్రం జరుగుతూ ఉన్నప్పుడే స్త్రీ చక్కని బిడ్డని కనగలదు. ఆ మూడు రోజులు దివ్యశక్తిని పొందగలగడం వల్లనే ఆమెకి, ప్రేమ, సహనం, దేనినైనా ఎదుర్కోగల ధైర్యం కలుగుతాయి. ఆ దివ్యశక్తి వలనే ఒక పురుషుని కంటే స్త్రీ ఆధ్యాత్మిక పురోగతి తొందరగా సాధించగలదు.

బాగా గుర్తుంచుకోవాల్సిన విషయం పురుషుని కంటే స్త్రీ పూజింపబడుతున్నా గౌరవించబడుతున్నా అది గర్భాశయము అది గ్రహించే దివ్యశక్తి వల్లనే అలాంటి ప్రాముఖ్యం గల గర్భాశయాన్ని పిల్లలు పుట్టగానే దాని అవసరం లేదు, అది వద్దు, దానిని నేను అనవసరంగా మోస్తున్నాను లాంటి అభిప్రాయాల వల్లనే గర్భాశ యము ప్రాబ్లమ్ క్రియేట్ చేసుకుంటుంది. గర్భాశయానికి వాపు రావడము, పొరలు పెరగడము, గడ్డలు రావడము, చివరకు తొలగించాల్సి వస్తుంది.

'స్త్రీ మాత్రమే జీవానికి జన్మనివ్వగలదు' – ఓషో

అలాంటి గర్భాశయాన్ని స్త్రీ శరీరములో సృష్టి నిర్మించడం అంటే శరీరము జీవించి ఉన్నంత వరకు గర్భాశయాన్ని కాపాడుకోవడం దానిపట్ల ప్రేమ, ఎరుక, కృతజ్ఞతతో ఉంటే బహిష్టులో ఎటువంటి సమస్యలు రావు.

౭. ఋతుచ్రక సమస్యలు – పరిష్కారాలు

బహిస్టు సమయంలో చాలామంది రకరకాల సమస్యలతో ముఖ్యంగా విపరీతంగా వచ్చే కడుపునొప్పి, అధిక రక్తస్రావం, తలనొప్పి, నడుము నొప్పి, రావడంతోపాటు పిరయడ్స్ క్రమం తప్పి రావడం ఒక్కోసారి ఆగిపోవడం, ఒక్కోసారి ముందుగా రావడంతో, నెలలోనే రెండుసార్లు రావడంతోపాటు ఆ సమయంలో నీరసంగా ఉండడం జరుగుతుంది.

అయితే ఆత్మపరిణామ క్రమంలో, ఆత్మ పరిపూర్ణత్వం సాధించడానికి కొన్ని జన్మలు స్త్రీగా, కొన్ని జన్మలు పురుషునిగా జన్మలు తీసుకుంటుంది. ఆత్మకు సెక్స్(లింగం) అనేది ఉండదు. ఆత్మ న్యూట్రల్‌గా ఉంటుంది. శరీరానికి మాత్రమే లింగభేదం ఉంటుంది. స్త్రీ శరీరమని, పురుష శరీరమని...

ఒక ఆత్మ స్త్రీగా జన్మ తీసుకోవడానికి ఎన్నెన్నో కారణాలు ఉంటాయి. ముఖ్యంగా సహనం, అణుకువ, ఒద్దిక, పొందిక, సర్దుకు పోయే తత్వం, సేవాతత్వం, ప్రేమానురాగాలను పంచి ఇచ్చే తత్వం, త్యాగం, మాతృత్వం మొదలైన గుణాలను అలవర్చుకునేందుకు స్త్రీగా జన్మ తీసుకోవడం జరుగుతుంది. సహజంగా ఎక్కడో కొన్ని ఉన్నతమైన సమాజాలలో లేక ఉన్నతమైన కుటుంబాలలో తప్ప స్త్రీకి స్వేచ్ఛాసాధికారతలు ఉండవు.

ఎన్నో కట్టుబాట్ల మధ్య స్త్రీ జీవితం నిర్బంధంలో కొనసాగు తుంది. అన్నింటికి సర్దుకుపోవాల్సి వస్తుంది. పెద్దగా స్వేచ్ఛా స్వాతంత్ర్యాలు లేని స్త్రీజన్మ అంటే స్త్రీలందరికీ ఒకకోణంలో అయిష్టత గానే ఉంటుంది. ఈ కారణంగానే స్త్రీ జన్మ తీసుకున్న చాలామంది స్త్రీలు తమ "స్త్రీత్వాన్ని తమ అంతరంలో సంపూర్ణంగా సమగ్రంగా స్వీకరంచలేకపోతూ" ఉంటారు. ఈ తిరస్కార ధోరణియే మెన్సెస్ టైమ్‌లో వచ్చే బాధలకు కారణమవుతుంది. ఇదిగాక ఇంకా కొన్ని కారణాలు ఉంటాయి. ధ్యానసాధన – స్త్రీ శరీరంలో ఉంటూ స్త్రీత్వాన్ని తిరస్కరిస్తూ ఉంటే ఒక సంఘర్షణ జనించియే తీరుతుంది.

ఈ సంఘర్షణనే బాధ అనే పేరుతో నీవు అనుభవిస్తున్నావు. ప్రకృతి పరంగా ఋతుక్రమం అనేది స్త్రీ శరీరానికి స్త్రీత్వాన్నిస్తుంది. ఒక బాలికశరీరం, ఒక స్త్రీ శరీరంగా మార్పు చెందే ప్రకృతి పరమైన సహజమైన ప్రక్రియయే ఈ ఋతుక్రమము. స్త్రీ శరీరం క్షేత్రంలాంటిది. పురుషుని నుండి బీజాన్ని స్వీక రించి ఫలదీకరణం చెందించి ఫలాన్ని అందిస్తుంది. అంటే పునరుత్పత్తిచేస్తూ సృష్టి ముందుకు కొనసాగడానికి ఉపయోగపడుతుంది. ఋతుక్రమం అనే ప్రక్రియనే, స్త్రీ శరీరాన్ని క్షేత్రంగా మారుస్తుంది. అప్పుడే ఆ యొక్క క్షేత్రానికి అంటే స్త్రీ శరీరానికి ఇంకో శరీరాన్ని పునరుత్పత్తి చేసే సామర్థ్యం వస్తుంది.

లోపల స్త్రీత్వాన్ని **"తిరస్కరిస్తూ"** ఉన్నప్పుడు శరీరానికి స్త్రీత్వాన్నిస్తున్న **"ఋతుక్రమ ప్రక్రియను అడ్డుకున్నటే"** అవుతుంది. మరి ఇదేమో ప్రకృతి పరమైన సహజమైన విషయం. ప్రకృతికి అడ్డుపడుతున్నందుకే ఆ బాధలు వస్తున్నాయి. ఇక రెండవ విషయం ఏమిటంటే స్త్రీత్వాన్ని స్వీకరించలేని నీవు, మాతృత్వాన్ని ఎలా స్వీకరించగలుగుతావు? ప్రీతితో నీ స్త్రీత్వాన్ని నీవు స్వీకరించ గలిగినప్పుడే నీకు మాతృత్వం సిద్ధిస్తుంది. నీవు తల్లివి కావాలను కుంటే ముందు స్త్రీగా మారాలి కదా. స్త్రీ శరీరంతో జన్మ తీసుకున్నంత మాత్రాన అందరూ పరిపూర్ణమైన స్త్రీలు అయిపోలేరు. అవగాహనతో స్త్రీ జన్మ పట్ల ఇష్టం, ప్రేమను, సంతృప్తిని, ఆనందాన్ని ప్రకటించాలి. స్త్రీ జన్మలో ఉన్న **"బాధలను"** ఆత్మ విజ్ఞాన దృష్టితో గనుక చూస్తే **"బాధలు బోధలుగా"** దర్శనమిస్తాయి. కాబట్టి సంకుచిత భావాలతో అనవసరంగా స్త్రీ జన్మ పట్ల అయిష్టతను ప్రకటించడం మానివేయాలి. లేకపోతే పరిపూర్ణంగా స్త్రీత్వాన్ని **సిద్ధించుకునేంత వరకు మళ్ళీ మళ్లీ ఎన్నో సార్లు స్త్రీగా జన్మించాల్సి వస్తుంది.**

ఈ విషయాలన్నింటిని అవగాహన చేసుకొని ధ్యానంలో కూర్చుని **"నేను నా యొక్క స్త్రీత్వాన్ని ప్రేమతో సంపూర్ణంగా స్వీకరించాను"** అని సాధన చేస్తే. పూర్తి చైతన్య స్పృహతో స్వీకరించు. ఈవిధంగా కొన్ని రోజులు చేసి చూడు దీని ద్వారా నీ సమస్యలు పూర్తిగా పరిష్కారం అయి తీరుతాయి.

8. వివాహం ఒక మహా ఉత్సవం

"జీవితం" ఒక "ఉత్సవం" – "వివాహ జీవితం" ఒక "మహా ఉ త్సవం" 'వివాహం అంటే రెండు శరీరాల కలయికే కాదు. ప్రాపంచికంగా రెండుకుటుంబాల కలయిక. ఆధ్యా త్మికంగా రెండు ఆత్మల కలయిక కూడా! ఉత్తమ సంతానోత్పత్తి కోసం స్త్రీ – పురుష లిద్దరూ తమ వృత్తి ప్రవృత్తులకు తగినట్లుగా ఉత్తమకార్యాలు చేయటానికి చేసుకునే సంస్కారవంతమైన సంబంధమే వివాహం.!

వివాహాలు స్వర్గలోకంలో అంటే పై లోకాలలో నిర్ణయించ బడతాయి. ఎందుకంటే వివాహంచేసుకునే దంపతులిద్దరూ కలిసి లోక కళ్యాణార్థం తమతమ వృత్తి, ప్రవృత్తులకు తగినట్లుగా ఆచరణీయమైన సుగుణాలతో కూడిన జీవన విధానం ద్వారా సత్కార్యాలు చేద్దాము అని పై లోకాలలో స్త్రీ పురుషులుగా చేసుకున్న ఒప్పందమే ఈ వివాహ సంబంధము కనుక! వివాహం అనేది ఈ లోకంలో తీసుకున్న నిర్ణయంలా కనబడుతుందే కానీ, నిజానికి పుట్టుకకు ముందే ఆత్మ స్వరూపులుగా చేసుకున్న తీర్మానము. అందుకే Marriages are made in heaven అంటారు

స్వీయ ఆత్మకళ్యాణంతోనే జగత్ కళ్యాణము! విశ్వ కళ్యాణము!! జంట కళ్యాణముతోనే సృష్టి పరిణామ క్రమము!! అంతటి ఉత్కృ ష్టమైన వివాహం ద్వారా గృహస్థాశ్రమములోనికి ప్రవేశించి ధర్మేచ, అర్థేచ, కామేచ, నాతిచరామి అంటూ అంటే ధర్మములో చరిస్తూ సంపదను పొందుతూ,

కోరికలను ఆధీనంలో ఉంచుకుంటూ నాది అనేది లేకుండా అంతా నేనే నేనే అంతా అని మనిద్దరమూ ఒకటే అనే ఏకత్వ భావంతో చరిస్తూ ధ్యాన సాధనతో కూడిన ఆత్మజ్ఞానముతో చరిస్తూ మోక్షాన్ని పొందడం అదే విజయం! అసలైన జీవితానికి అదే సార్ధకత!! అదే వివాహ జీవిత లక్ష్యం!!!

ప్రతిఒక్కరిలోనూ అనంతమైన చైతన్యశక్తివుంది. మనిషి తనలో ఉన్న అంతర్గత దివ్యశక్తిని వెలికి తీయడానికి ఉపయోగపడే ఏకైకమార్గం "ధ్యానం" ఈ పుస్తకం మీ దాంపత్య జీవిత లక్ష్యాన్ని సిద్ధింపచేస్తుంది. ఈపుస్తకంలోని ప్రతి అంశాన్ని ముఖ్యంగా ఇప్పుడే గృహస్థాశ్రమంలోకి ప్రవేశించిన దంపతులిద్దరూ ప్రశాంతంగా చదివి ధ్యానం చెయ్యండి. ఆ విధంగా దంపతులిద్దరూ బ్రహ్మర్షి పత్రీజీ ప్రబోధిస్తున్న **అహింసా, స్వాధ్యాయ, సజ్జన సాంగత్య, ధ్యాన సాధన** ద్వారా పొందిన "ఆత్మ జ్ఞానం"తో అశాస్త్రీయమైన తిండి, జీవన విధానము, ఆలోచనా విధానాలను పరస్పర సంబంధాలను అవగాహనతో సరిచేసుకుని వివాహ జీవితాన్ని ఒక మహా ఉత్సాహంగా చేసుకుని దాంపత్య జీవితాన్ని వైభవంగా అనుభవిస్తూ దేహ దారుఢ్యంతో పాటు, ఆత్మ దారుఢ్యం కూడా కలిగి దైవ లక్షణాలు కలిగిన యోగీశ్వరులైన, శక్తివంతమైన, ఆరోగ్యవంతమైన శిశువులను ప్రకృతి ఒడిలోంచి స్వీకరించి లోకానికి అందివ్వడం ద్వారా దివ్యత్వంతో కూడిన ఆనందోత్సాహాలతో ఓలలాడే ఆరోగ్యవంతమైన సమాజాన్ని ఏర్పరుస్తారని ఆశిస్తూ...

౨. ఉత్తమ జీవిత భాగస్వామిని పొందడం ఎలా?

ఉత్తమ జీవిత భాగస్వామిని పొందాలనే కోరిక సహజంగా ప్రతీ ఒక్కరికీ ఉంటుంది. కాని కొంతమందే పొందగలుగుతారు. చాలామందిఈ విషయంలో నిరాశకు గురవుతారు. ఎందుకంటే అందరూ "నాకు ఉత్తమ భాగస్వామి కావాలి" అని కోరుకోవడమే తప్ప "నేను ఉత్తమంగా ఉన్నానా లేదా" అనే విషయాన్ని పట్టించుకోరు. అయితే మీరు ఉత్తమ భాగస్వామిని కోరుకునే ముందు మీరు ఉత్తమంగా ఉండి తీరాలి. మీరు నిజంగా ఎంత ఉత్తములు అనే దానిపైనే విషయం అంతా ఆధారపడి ఉన్నది.

"పరస్పరం సారూప్యం కలిగినవి ఒకదానికి ఒకటి ఆకర్షించుకుంటాయి. అనేది సృష్టి సిద్ధాంతం. ఈ సిద్ధాంతం ప్రకారం ఎలాంటి వాళ్ళు అలాంటి వాళ్ళనే ఆకర్షిస్తారు. ఉత్తములు ఉత్తములనే ఆకర్షిస్తారు. కనుక ఉత్తమ జీవిత భాగస్వామిని కోరుకునే యువతీ యువకులు ముందు తాము ఉత్తమంగా తయారు కావాలి. ఎలాంటి జీవిత భాగస్వామి కావాలో స్పష్టంగా ఆలోచించుకొని ఆత్మవిజ్ఞాన అవగాహన బాగా కలిగివుండాలి.

ఎందుకంటే వివాహాలు స్వర్గలోకంలో అంటే పైలోకాలలో నిర్ణయించబడతాయి. వివాహం చేసుకునే దంపతులిద్దరూ కలిసి లోక కళ్యాణార్థం తమతమ వృత్తి ప్రవృత్తులకు తగినట్లుగా ఆచరణీయమైన సుగుణాలతో కూడిన విధానం ద్వారా సత్కార్యాలు చేద్దాము. అని పైలోకాలలో స్త్రీ, పురుషులుగా చేసుకున్న ఒప్పందమే ఈ వివాహ సంబంధము కనుక వివాహం అనేది ఈ లోకంలో తీసుకున్న నిర్ణయంలా కనబడుతుందే కానీ, నిజానికి పుట్టకకు ముందే ఆత్మ స్వరూపులుగా చేసుకున్న తీర్మానము.

ఉత్తమ జీవిత భాగస్వామిని కోరుకునే యువతీయువకులు ఆత్మవిజ్ఞాన అవగాహన కలిగి ఉండి, నిత్యధ్యాన సాధకులై ఉండి శాకాహారులైన వారికి, వారు కోరుకున్న విధంగా ఉత్తమ జీవిత భాగస్వామిని పొంది తీరుతారు. గతితప్పని ప్రాప్తి ఇది. నిజ సత్య వాస్తవం ఇది.

చాలామంది తమపిల్లలకి యుక్తవయస్సు దాటిపోతున్నా వివాహం కావడంలేదని, జాతకాలు కలవడం లేదని, జాతకదోషాలు ఉన్నాయని చింతిస్తూ ఉంటారు. పరిష్కారాలు కోసం రకరకాల శాంతులు, అభిషేకాలు, దానాలు చేస్తుంటారు. కాని నేనున్న ఈ జీవిత అనంతత్వంలో అంతా సవ్యంగా ఒక్కటిగా సంపూర్ణముగా వుంది. నన్ను సృష్టించిన ఆ విశ్వ సృష్టితో నేను ఏకమై ఉన్నాను. ఈ సృష్టిలోనుంచి నా జీవితంలోకి ప్రవహించే సర్వసమస్త శుభాలను, ప్రేమానురాగాలతో కూడిన ఉత్తమ జీవిత భాగ స్వామిని అందుకోవడానికి నేను సంసిద్ధంగా ఉన్నాను. నా ఆశలు, అవసరాలు నేను అడగకనే తీరుతున్నాయి. నేను దైవశక్తిచే సరైనమార్గములో నడిపించబడి సదా ఆ దివ్యశక్తిచే పరిరక్షించ బడుతున్నాను. నాకు శుభకరమైనటువంటి ఉత్తమ జీవితభాగస్వామినే నేనుఎంపిక చేసుకున్నాను. ఈ సరికొత్త చైతన్యాన్ని నాలో స్థిరంగా విస్తరించు కుంటున్నాను. ఈ సృష్టిలో ప్రతి ఒక్కరినుండి ప్రతి చోటనుండి నాకంతా శుభమే జరుగుతుంది. అన్న ఆత్మవిజ్ఞాన అవగాహన ద్వారా, ఆత్మ విజ్ఞాన సూత్రాలను నిజజీవితంలో యధాతధంగా ఆచరించడం వలన మరియు క్రమం తప్పని ధ్యాన సాధన ద్వారా మాత్రమే ఉత్తమ జీవిత భాగస్వామిని పొందగలరు.

కాబట్టి యువతీ, యువకులు ఆత్మజ్ఞాన అవగాహన కలిగి ఉండి నిత్య ధ్యాన సాధకులై ఉండి శాకాహారులై "(అన్ని దానాలలోకి ఆత్మ జ్ఞానదానమే విశిష్టమైనది)". ఆత్మ విజ్ఞానాన్ని అందిచే ఇలాంటి పుస్తకాలను దానం చేయాలి. అలా చేయడం వలన కర్మ ప్రక్షాళన జరిగి, జాతకదోషాలు తొలిగి అన్ని విధాలా ఉత్తమమైన జీవిత భాగస్వామి దొరుకుతారు. దీనివలన దాంపత్య జీవితం వైభవంగా ఆనందోత్సాహాలతో విరాజిల్లుతుంది.

10 గర్భాధారణ మహోత్సవం

వివాహం అయిన తరువాత మొదటి రాత్రి.. పేరుతో సత్సంతాన ప్రాప్తికై నూతన దంపతులను ఒకటిగా కలిపే కార్యమే గార్భాదాన సంస్కారం.

మహా పురుషులు ఏర్పరచిన సంస్కారాలకు విశేషమైన గుఢార్థం వుంది. వాటిని తెలుసుకుని గ్రహించి ఆచరణలో పెట్టినట్లయితే మంచి ఫలితాలు పొంది తీరుతాము. ఇప్పటి ఆలోచనే మరు క్షణానికి భవిష్యత్తు, ఇప్పటి వినాశకర ఆలోచనే మరు క్షణానికి వినాశకర ఫలితం. ఇప్పటి అద్భుత ఆలోచనే మరు క్షణానికి అద్భుత ఫలితం. ఇప్పటి రెండు శరీరాల కలయికే రేపటి మనిషికి అంకురార్పణ. ఎటువంటి ఆలోచనలతో కలిస్తే అటువంటి సంతానానికి జన్మ ఇస్తారు. ఎంత శుద్ధాత్మలుగా వుండి కలిస్తే అంతటి శుద్ధాత్మలు జన్మిస్తారు. విత్తును బట్టే చెట్టు విత్తు అంటే సంకల్పాలే. ఎటువంటి ఆలోచనలతో సంగమిస్తే అటువంటి వాళ్లే జన్మిస్తారు.

శారీరక ఆరోగ్యం కంటే మానసిక ఆరోగ్యం సంతానం మీద ఎక్కువ ప్రభావాన్ని చూపుతుంది. మానసిక ఆరోగ్యం వుంటే శారీరక అనారోగ్యాల నుంచి సులభంగా బయటపడవచ్చు. మానసిక అనారోగ్యం వల్ల దుర్భల సంతానం కలుగుతుంది.

నూతన దంపతులు కామాన్ని యోగంగా పవిత్ర భావంతో సంగమించాలి. ఆ విధంగా దంపతుల పరిపూర్ణమైన కలయిక ఎంతగాఢంగా వుంటుందో సంతానం కూడా అంత అద్భుతంగా వుంటుంది.

వివాహానికి పూర్వమే శారీరక మానసిక బుద్ధిపరమైన ఆరోగ్యాన్ని

చేకూర్చుకుని వివాహం చేసుకుంటే దాంపత్య జీవితం అద్భుతంగా, అన్యోన్యంగా, ప్రేమమయంగా వుంటుంది. సంతానం అద్భుతంగా వుంటారు. శృంగారంలో పవిత్రభావన లేక పోతే కేవలం అది శారీరక సుఖానికి మాత్రమే పరిమితం అవుతుంది. పాత్ర శుభ్రంగా వుంటేనే వంట బాగుంటుంది. పాత్ర శుభ్రంగా లేనప్పుడు వంట ఎంత బాగా చేసినా అది విషంగా మారుతుంది. గర్భాదాన సంస్కారానికి పూర్వం ప్రతి స్త్రీ పురుషుడు సంతానానికై వెంటనే ఆరాటపడక కనీసం ఒక సం॥ ముందు నుండైనా **దేహశుద్ధి, మానసిక శుద్ధి, ఆత్మశుద్ధి** సాధించిన తర్వాత ఎటువంటి సంతానం కావాలో ప్లాన్ చేసుకుని పవిత్ర భావనతో శృంగారంలో పాల్గొంటే గొప్ప సంతానాన్ని పొందవచ్చు.

సద్భావాలు కావాలంటే శుద్ధత్వం కావాలి. శారీరక శుద్ధత్వం **"యుక్తాహారం"** (శాకాహారం) ద్వారా లభిస్తుంది. అయితే మాంసాహారం తినేవారు శారీరక శుద్ధత్వం కోల్పోతారు. అందుకే ఏ శుభకార్యానికి, పండుగలకు, ఉత్సవాలకు మాంసాహార భోజనాలు పెట్టరు, తినరు. అయితే ఈ మధ్యకాలంలో గర్భాదారణ మహోత్సవంలో (ఫస్ట్‌నైట్ ఫంక్షన్) పేరుతో మాంసాహార భోజనాలు పెడుతున్నారు. దాని వలన ఆ ఉత్సవం ఉత్సవం ఎలా అవుతుంది? శుభం ఎలా కలుగుతుంది? మీరే ఆలోచించండి. ఎందుకంటే గర్భాధారణ మహోత్సవం అంటే సత్సంతాన ప్రాప్తికై నూతన దంపతులను ఒకటిగా చేసి తద్వారా సృష్టికి ప్రతి సృష్టి చేసే విధంగా ఈ సృష్టి ఒక ప్రాణికి జన్మను ఇవ్వడానికి ఈ నూతన దంపతులను మాధ్యమాలుగా ఉపయోగించుకుంటుంది. అంతటి ఉత్కృష్టమైన గర్భాదారణ మహోత్సవంలో, సృష్టి రచనా కార్యంలో ఒక ప్రాణికి జన్మను ఇచ్చే సమయంలో ఒక జీవికి ప్రాణం పోయడానికి బదులు ఒక జీవి ప్రాణం తీసి చంపి తినడం అనేది ఎంతటి అజ్ఞానమో! ఇది ప్రకృతికి విరుద్దం? ఇది సృష్టికి విరుద్ధం? కనుక నూతనంగా సృష్టికి ప్రతి సృష్టి చేయడానికై సృష్టి

రచనలో భాగస్వాములైన నూతన సృష్టి కర్తలారా? ఒక్కసారి ఆలోచించండి. మీ దాంపత్యజీవితం ఒకఉత్సవంగా, వైభవంగా సాగిపోవాలనుకునే వారంతా ఈ అజ్ఞానపు ఆచారాలనుండి, మూర్ఖపు సంప్రదాయాల నుండి బయటకు రండి! ఈ రాక్షసత్వపు అజ్ఞానపు ఆచారాలను విడనాడి మీరు ఎప్పుడైతే రాక్షసత్వం నుండి 'దివ్యత్వం' వైపు ప్రయాణిస్తారో అప్పుడే ప్రకృతి మీకు పూర్తిగా సహకరిస్తుంది. ఇది ఎంతోమంది మహానుభావులు అనుభవ పూర్వకంగా చెప్పిన విషయం మీరు ఆలోచించండి.

ఈవిధంగా అవగాహనతో శాకాహారులైతే శారీరక శుద్ధత్వం లభిస్తుంది. ఇక మానసిక శుద్ధత్వం సత్యవాక్కులు, సంద్గ్రంధపఠనం ద్వారా లభిస్తుంది. ధ్యానం ద్వారా పొందిన ఆత్మజ్ఞానంతో ఆత్మశుద్ధత్వం లభిస్తుంది. ఈ విధంగా నవ వధూవరులు ధ్యాన సాధన ద్వారా ఆత్మ శుద్ధత్వాన్ని పొంది, అహింసా ధర్మాన్ని పవిత్ర వ్రతంలా ఆచరిస్తూ సిద్ధమై వున్నప్పుడు మీ వాస్తవానికి మీరే సృష్టికర్తలని తెలుసుకుంటారు. ఎందుకంటే హింస చేయని ఆత్మజ్ఞానియే (బ్రహ్మ సృష్టికర్త) అంటున్నారు. వీరబ్రహ్మేంద్ర స్వామి ఆ విధంగా మీ వాస్తవానికి మీరే (బ్రహ్మ) సృష్టికర్తలైవున్నప్పుడు మీ ఆలోచనలకు అనుగుణంగా ఈ జన్మలో మరికొన్ని జీవితానుభవాలను పొందడం కోసం జన్మ తీసుకోవాలనుకునే శుద్ధాత్మలు శుద్ధాత్మలుగా వున్న మీ గర్భాన చేరుకుని జన్మను తీసుకుంటాయి. ఈ గర్భాదారణ మహోత్సవం ద్వారా నూతన సృష్టి రచన చేస్తున్న సృష్టికర్తలైన దంపతులందరికీ శత సహస్ర కోటి ధన్యావాదములు...

11. ఉత్తమ సంతానాన్ని పొందడం ఎలా?

స్త్రీలకు సంబంధించిన మిసెస్ లోకం వాళ్ళు చెప్పే దాన్ని బట్టి సంతానం విషయంలో ఒక పురుషుని పాత్ర కంటే స్త్రీ పాత్రే ఎక్కువ. భార్యాభర్తలు ఒకరి పట్ల ఒకరికి పూర్తి అవగాహన కలిగి 'సమర్పణ' భావంతో సంతృప్తికరమైన శృంగారంలో పాల్గొనే దంపతులకు కలిగే సంతానానికి, భార్యాభర్తలకే అర్థం కాని పరిస్థితుల్లో పుట్టే పిల్లలకు ఎంతో తేడా ఉంటుంది. చాలా మంది స్త్రీలు సంభోగాన్ని పురుషుని అసహ్యించుకుంటూ తాము తప్పు చేస్తున్నాము అన్న భావంతో ఉంటారు. అలాంటి భావన ఉన్నప్పుడు పుట్టే పిల్లలు వారి మనస్తత్వం కూడా అలాగే ఉంటుంది.

కామం అంటే సృష్టి కార్యం! ఒక ఆత్మ (అంశాత్మ) తనను తాను పరిపూర్ణం చెందించుకోవడం కోసం భూమిపైకి రావాలంటే తప్పనిసరిగా భౌతిక దేహాన్ని ధరించవలసి ఉంటుంది. ఒక అంశాత్మ పూర్ణాత్మగా మారడానికి సహకరించే దివ్య ఉపకరణమే భౌతిక దేహం. భూమి మీదకు రావడానికి సిద్ధంగా ఉన్న ఒక ఆత్మ కోసం భౌతిక దేహాన్ని తయారు చేయడమే, సెక్స్ చేయడమంటే. ఇంతటి పరమ పవిత్రమైన దివ్య కార్యక్రమానికి పూనుకోవడమే రతిలో పాల్గొనడం. ఒక అంశాత్మ యొక్క పరిణామ క్రమంలో సహకరించే మహాకార్యమే రతీ కార్యం. ఒక స్త్రీ, ఒక పురుషుడు సంయోగం చెందడం అంటే ఒక అంశాత్మ యొక్క అభివృద్ధికి తోడ్పడడమే! సృష్టి కార్యంలో తమవంతు పాత్ర తాము నిర్వహించడమే! ఒకఆత్మను భూమి పైకి ఆహ్వానించే దివ్య కార్యక్రమమే సంభోగ కార్యక్రమం.

స్త్రీ, పురుషులు ఎలాంటి 'భావంతో' సంయోగం చెందుతారో అలాంటి ఆత్మలే వారి వైపు ఆకర్షించబడతాయి. ఎందుకంటే 'యద్భావం తద్భవతి' కదా! ఇక్కడ మరొక విశ్వ సూత్రం కూడా పనిచేస్తుంది అదేమిటంటే, 'పరస్పరం సారూప్యం గలవి ఆకర్షించబడతాయి. 'Like Attracts Like' అనే సూత్రాన్ని రిచర్డ్ బాక్ అనే మహాత్ముడు 'Illusions' అనే పుస్తకంలో చెబుతాడు. సంయోగంలో పాల్గొనే స్త్రీ, పురుషులు ఎలాంటి భావం కలిగి ఉంటే అలాంటి భావాలు కలిగిన ఆత్మలు వారి వైపు ఆకర్షించబడి జన్మ తీసుకుంటాయి. ఉన్నతమైన భావాలను కలిగి పవిత్రమైన భావంతో సంయోగం చెందితే 'ఉన్నతమైన పవిత్ర ఆత్మలే' జన్మిస్తాయి.

ఇందుకు ఉదాహరణంగా ఒక కథ ప్రాచుర్యంలో ఉంది. మహాభారత కథకు మూల స్తంభం లాంటి వాడైన భీష్ముని తండ్రి గారైన శంతనుడి రెండవ భార్య, దాశరాజు కుమార్తె సత్యవతి. ఈమెకు చిత్రాంగదుడు, విచిత్ర వీర్యుడు అనే ఇద్దరు కొడుకులు. శంతనుడి మరణం తర్వాత కొంత కాలానికి చిత్రాంగదుడు కూడా మరణిస్తాడు. తన తమ్ముడైన విచిత్ర వీర్యుడికి అంబికా, అంబాలిక అనే కన్యలను తెచ్చి వివాహం జరిపిస్తాడు భీష్ముడు. విచిత్ర వీర్యుడు సంతానం కలుగకముందే మరణిస్తాడు. ఆ పరిస్థితులలో కురు వంశానికి వారసులు లేకుండా పోతారు. భీష్ముని సవతి తల్లి అయిన సత్యవతి భీష్ముడిని పెళ్ళి చేసుకోమని కోరుతుంది. అయితే ప్రతిజ్ఞా బద్ధుడైన భీష్ముడు సవతి తల్లి కోరికను సవినయంగా తిరస్కరించి, వంశం కొనసాగేందుకు ఉపాయాన్ని సూచిస్తాడు. భీష్ముడి సూచనతో సత్యవతి తనకూ పరాశరుల వారికి సద్యోగర్భమున జన్మించిన వ్యాసుడిని తలుచుకుంటుంది. వ్యాసుడు వచ్చి తల్లి కోరిక మేరకు తన సోదరుడు - విచిత్ర వీర్యుని భార్యలైన అంబికను, అంబాలికకూ ఆపద్ధర్మాన్ని అనుసరించి గర్భదానం చేస్తాడు.

ఈ గర్భదానం చేసే సమయంలో అంటే సంయోగ సమ యంలో

అంబిక భయంతో కళ్ళు మూసుకుందట! అందుకే ఆమెకు ధృతరాష్ట్రుడు అంధుడిగా జన్మించాడట. ఇక అంబాలిక భయంతో పాలిపోయి సంయోగంలో పాల్గొన్నదట, అందుకే ఆమెకు పాలి పోయిన వర్ణంతో పాండు రాజు జన్మించాడట. ఇదీ కథ! ఈ పురాణగాథ వలన మనం నేర్చుకోవాల్సిన విషయం ఏమిటంటే సంయోగం సరి అయిన భావంతో చేయాలని మరి సరైన భావంతో సంయోగం చెందాలంటే సంయోగ కార్యమైన కామంపైన సరి అయిన భావం కలిగి ఉండాలని ఈ పురాణగాథ మనకు బోధిస్తుంది.

వ్యాసుడితోనే ఎందుకు గర్భదానం చేయించడం అని అంటే, వ్యాసుడు మహా 'ఆత్మవిజ్ఞాని' భార్యాభర్తలు ఇద్దరూ ఆత్మ విజ్ఞాన అవగాహనతో, ఆత్మ విజ్ఞానంతో సంయోగం చెందితే ఎంతో ఆత్మాభి వృద్ధి, ఎన్నో లాభాలు కలుగుతాయి. ప్రాణశక్తి పెరుగుతుంది. శక్తుల బ్యాలెన్స్ జరుగుతుంది. సంయోగం ద్వారా మాత్రమే ఉత్తేజితం అయ్యే 'ఆధ్యాత్మిక సూక్ష్మ నాడీ వ్యవస్థ' ఉత్తేజితమై ఉన్నత స్థాయి ఆధ్యాత్మిక ప్రకంపనలను స్వీకరించే స్థితి వస్తుంది. ఎన్నో రుగ్మతలు తొలగిపోతాయి. అయితే అంబిక, అంబాలిక లాగా చేయ కుండా దివ్యభావనతో సంయోగం చెందితేనే ఫలితాలు ఇంకా బాగా వస్తాయి.

ఒక స్త్రీ ఆత్మ విజ్ఞాని అయినప్పుడు, పురుషుడు సాధారణ స్థాయిలో ఉన్నవాడైతే పురుషుడికి ప్రయోజనం కలుగుతుంది. పురుషుడు ఆత్మ విజ్ఞాని అయినప్పుడు, స్త్రీ సాధారణ స్థాయిలో ఉంటే స్త్రీకి ప్రయోజనం కలుగుతుంది.

జాగ్రత్త !!! రతీ కార్యక్రమం అంటే శక్తుల ట్రాన్స్‌ఫర్ జరుగుతుంది. సరి అయిన భాగస్వామిని ఎంచుకోకపోతే 'వ్యర్థ శక్తులు' ప్రవేశించే అవకాశం ఉంది. స్త్రీ పురుషులు ఇరువురు ఆత్మ విజ్ఞానులు అయితే ఆ కలయిక దివ్యంగా ఉంటుంది. ఎంతో శ్రేయస్కరం జరుగుతుంది.

ఎవరైనా దంపతులు కామ కార్యం పైన పవిత్ర భావం కలిగి, చక్కటి అవగాహనతో, సంపూర్ణమైన ఇష్టం ప్రేమతో సంయో గంలో పాల్గొంటే

అత్యుత్తమమైన, కోరుకున్న సంతానాన్ని పొందవచ్చు. భార్యాభర్తలు ఇరువురు ఒకరినొకరు పూర్తిగా ఇష్టపడాలి, ప్రేమించాలి. ఆత్మవిజ్ఞానం ద్వారా కలిగిన అవగాహనతో, దివ్యభావనతో సంయోగం చెందాలి అప్పుడు సంతానాన్ని, కోరుకున్న సంతానాన్ని మాత్రమే వారు పొందుతారు.

అత్యుత్తమ సంతానానికై భార్యభర్తలకు కామం అనే పురుషార్థం పట్ల అపరాధ భావం ఉండకూడదు. ఇది తప్పు. ఇది కేవలం శారీరక వాంఛ, ఏదో రెండు నిమిషాలు కళ్ళు మూసుకుంటే ఒక పని అయిపోతుంది, అనే చులకన భావంతో ఉండరాదు.

పరమ పవిత్రమైన, అత్యుత్తమమైన, అత్యున్నతమైన మహా ఆత్మలను సంతానంగా పొందాలి అంటే కామం దివ్యం అనే భావన కలిగి ఉండాలి. పరస్పరం గౌరవ, ప్రేమ, ఇష్టాలను కలిగి ఉండాలి. ఉల్లాసంగా, ఉత్సాహంగా, ఆనందంగా పవిత్ర భావనతో సంయోగంలో పాల్గొనాలి. ఇక అప్పుడు మహా గొప్ప సంతానాన్ని మీరు కోరుకున్న విధంగా పొందుతారు.

జీవుడు ఒక శరీరమును విడిచి మరొక శరీరమ్మున ప్రవేశించు నపుడు వారి మనస్సునందు ఏ రూపము, ఏ భావన ధృడముగా నుండునో ఆ రూపమును పొంది అతడు జన్మిస్తుంటాడు. గుఱ్ఱముల సంతానోత్పత్తి యందు ఈ సూత్రము నిరూపింప బడుతున్నది. ఆడ గుఱ్ఱమునకు ఋతు సమయమునందు మేలిజాతి గుఱ్ఱమును దాని కన్నుల కెదురుగా కట్టిఉంచి మామూలు గుఱ్ఱముచేత సంపర్కము చేయించినపుడు ఆడగుఱ్ఱము తాను చూస్తున్న మేలిమి జాతి గుఱ్ఱముచేత సంపర్కము చేయించినపుడు ఆడ గుఱ్ఱము తాను చూస్తున్న మేలిమిజాతి గుఱ్ఱము ఆకారముగల సంతానమునే కను చుండుట మనం చూస్తున్నాం. ఇది జీవుని శ్రద్ధా స్వరూపమేగాని దేవుడు సృష్టించిన స్వరూపము కాదు. ప్రకృతి శుక్ల శోణిత స్వరూపము కాదు. అది కేవలం మనస్సంకల్ప ప్రభావము వలన ఏర్పడిన స్వరూపము. అందుచేతనే

సంకల్పం స్పష్టతతో కూడుకుని ఉండాలి.

మానవులందు కొంతమంది స్త్రీలకు తల్లిదండ్రుల పోలికలు లేని వేరే పోలికలతో సంతానము కలుగుచున్నది. తల్లిదండ్రులు అంత అందముగా లేకపోయిననూ నల్లగా ఉన్ననూ బంగారు రంగుగల చక్కని బిడ్డ పుట్టుచున్నాడు. తల్లిదండ్రులు అందముగానూ, రంగుకలిగి ఉన్నప్పటికీ వారికి అందహీనమైన బిడ్డ పుట్టుచున్నాడు. ఇది "జీవులు శ్రద్ధా స్వరూపుడు" సూత్రమునననుసరించిన విధానము. ఒక సంపన్న గృహంలో వికార స్వరూపం గల నౌకరు ఒకడుండే వాడు. వాడు తన పని తాను సక్రమముగా చేయకపోవటం చేత ఆయింటి యాజమానురాలకికి వాడిపై విపరీతమైన కోపం వచ్చింది. ఆనాటి రాత్రి భర్త సమాగమం వల్ల ఆమెకు గర్భధారణ జరిగింది. జీవుడు ఆమె మనస్సులో ఉన్న నౌకరు రూపాన్ని పొంది గర్భంలోనే ప్రవేశించాడు. నౌకరీ రూపంగల సంతానము ఆమెకు కలిగింది. ఆ ఇంటి యజమానికి తన భార్యపై అనుమానం కలిగింది. భార్య శీలాన్ని అనుమానించాడు. ఒక శాస్త్రవేత్తను కలసి తన అనుమానాన్ని వెల్లడించాడు. ఆ శాస్త్రవేత్త సంతానోత్పత్తి సూత్రములన్నింటిని అతనికి బోధించి శ్రీమంతుని సందేహాన్ని తొలగించాడు. అందువలన స్త్రీలు సంతాన సమయమున మంచి భావనతో, మంచి సంకల్పముతో ఉండాలి.

12. గర్భం ధరించక పోవడానికి కారణాలు :

ఈ నవీన యుగంలో కొంతమంది దంపతులు సంతాన లేమితో బాధపడుతున్నారు. అయితే డాక్టర్స్ టెస్ట్‌లలో ఇద్దరి కండిషన్ బాగానే ఉందని అంటున్నారు. అయినా పిల్లలు కలగడం లేదంటే, దీనిలో ఇంకో విషయం కూడా ఉంది. ఇలాంటి కారణాలు మెడికల్ టెస్ట్‌లలో బయటపడవు. కొంత మందికి లోపల మాతృత్వం అంటే అయిష్టత ఉంటుంది. మాతృత్వం పట్ల రక రకాల అపోహలుంటాయి. డెలివరీ సమయంలో వచ్చే నొప్పులు భరించలేనేమో అనే భయం కూడా గర్భధారణను ఆపుతుంది. తన స్త్రీత్వాన్ని వ్యతిరేకిస్తున్న స్త్రీ తల్లి కాలేదు. ఎందుకంటే తన జన్మ పట్ల తనకే పూర్తి అంగీకారం లేనప్పుడు ఇంకొకరికి జన్మను ఇవ్వడానికి తను అంగీకరించలేదు. అలా అంగీకరించడానికి సిద్ధంగా లేకపోవడం వల్ల గర్భాన్ని ధరించలేరు. ఉదా : మనకు ఏదైతే ఇష్టమో, తృప్తినిస్తుందో, ఆనందాన్ని ఇస్తుందో దానినే ఇతరులకు పంచుతారు. ఇతరులను ప్రోత్సహిస్తారు. అలానే మన జన్మను మనమే ఇష్టపడనప్పుడు మన జన్మ మనకే నచ్చనప్పుడు మనం ఇతర ఆత్మలకు జన్మను ఇవ్వడానికి ఎలా ప్రోత్సహిస్తాము? సహకరిస్తాము?

నిశితంగా లోపల కారణాలను పరిశోధించి కనుక్కోండి. గత జన్మలలో చాలా ఎక్కువ సంతానాన్ని కలిగిఉండి భరించలేని విసుగుతో 'ఛీ ఏం సంతానంరా నాయనా పిల్లలు లేకపోతే ఎంత హాయిగా ఉంటుందో'నని బలమైన నిర్ణయాలు తీసుకుంటారు. ఇలాంటి నిర్ణయం ఒక్కటి చాలు ఈ జన్మలో సంతానం కలుగకుండా చేయడానికి, అమ్మోపిల్లలా, వాళ్ళను పెంచాలి, పెద్ద చేయాలి, చాలారిస్క్ అనే భావనలు కూడా ఉంటాయి. ఇలా ఏ ఒక్క కారణమైనా చాలు గర్భంరాకుండా చేయడానికి. భార్యాభర్తలు ఇద్దరూ సాధన చేయండి. ఆత్మ విజ్ఞానపుస్తకాలను చదివి అవగాహనను పెంచుకోండి. మీరు కోరుకున్న పరమోత్తమ సంతానాన్ని 100% గ్యారంటీగా పొంది తీరుతారు.

13.ప్రసవానందం

ప్రసవ సమయంలో గర్భిణీ స్త్రీలకు రకరకాల భయాలు ఉంటాయి. కారణం మన పెద్దలు బిడ్డకుజన్మను ఇవ్వడం అంటే ప్రసవించడం అంటే మరో జన్మను ఎత్తినట్లే అనే అవగాహన లేని మాటలు మాట్లాడడమే! దానిని మనం సరిగా అర్థం చేసుకోలేదు. మరోజన్మను ఎత్తడం అంటే ఒక బిడ్డకు జన్మనివ్వడం అంటే బిడ్డజన్మతో పాటు అదే సమయంలో అప్పటి దాకా ఒక స్త్రీగా ఉన్న ఆమె ఒక తల్లిగా జన్మించినట్లు అని అర్థం.

గర్భంతో ఉన్నప్పుడు ఆ 9 నెలల కాలం బిడ్డకు చాలా ముఖ్యం. ఈ 9 నెలల కాలంలోనే గర్భంలో ఉండగానే బిడ్డ ఎన్నో విషయాలను నేర్చుకుంటుంది. తల్లి ఆ సమయంలో ఆత్మ జ్ఞాన రహితమనే దోష పూరిత మాటలు ఆలోచనలు చేష్టలు. ఉదా :– ఈర్ష్య, అసూయ, ప్రేమ, కరుణ, శత్రుత్వ భావనలు. భయాల ద్వారా ఇలా ఎన్నో విషయాలను అప్పుడే నేర్చుకుంటుంది. అలాగే పాండవుల పట్ల కౌరవులకు శతృత్వం కౌరవుల తల్లి గాంధారి గర్భంలో ఉండగానే తల్లి ద్వారానే మొదలైంది. పుట్టి పెరిగే కొద్దీ ఆ శత్రుత్వం కూడా పెరిగి పెద్ద అయ్యింది. తల్లి తన భావోద్వేగాల పట్ల గర్భంతో ఉన్నప్పుడు జాగ్రత్తగా ఉండడం అవసరం. లేకుంటే అవి వాళ్ళ భవిష్యత్తుపై ప్రభావం చూపుతుంది. తద్వారా ఆ శిశువు జన్మించే టప్పుడు వ్యతిరేక భావంతో ఉంటుంది. ఆ విధంగా కూడా ప్రసవ వేదన కలుగుతుంది. గర్భవతి అయిన స్త్రీ ప్రేమతో పుట్టబోయే తన బిడ్డను ప్రేమతో ఆహ్వానం పలకడం వల్ల తను ఈ భూమిపై జన్మించడమే ఒక గొప్ప వరంగా భావిస్తుంది. అప్పుడు ఏ ప్రసవ వేదనా ఉండదు.

ప్రసవం అనేది నూటికి నూరు శాతం ప్రకృతి సహజ సిద్ధమైన కార్యక్రమం. స్వయంగా సృష్టే పూనుకుని చేయించే కార్యక్రమం. వాస్తవానికి

'ప్రసవ వేదన' అనేది ఉండదు. నిజానికి 'ప్రసవానందం' అనేదే ఉంటుంది. అయితే 'విషయాలు' తెలియకపోవడం వలన స్త్రీ తన అంతరంలో, తనకు తెలియకుండా తానే ఈ సృష్టి యొక్క సహజ కార్యక్రమం అయిన ప్రసవాన్ని (పునరుత్పత్తిని) అడ్డు కుంటుంది. సృష్టే స్వయంగా చేయిస్తున్న సృష్టి పరిణామ క్రమాన్ని నిరోధిస్తుంది. స్వయం సాక్షాత్తు సృష్టే పూనుకుని తన పరిణామ క్రమాన్ని కొనసాగిస్తున్నపున్పడు, ఆ యొక్క కార్యక్రమాన్ని స్త్రీ తన అంతరంలో అడ్డుకుంటున్నందువల్లనే ప్రసవ సమయంలో వేదన అనేది జనిస్తుంది. ఈ కారణం చేతనే స్త్రీలు ప్రసవించేటప్పుడు 'నొప్పులు' అనుభవిస్తున్నారు. ఆత్మ విజ్ఞాన అవగాహనతో ధ్యానం చేసి 'ప్రసవం' అనేది సృష్టి యొక్క సహజమైన దివ్య కార్యక్రమం అని గ్రహించి, ఆ యొక్క సృష్టి కార్యక్రమమైన 'ప్రసవాన్ని (పునరుత్పత్తిని)' ఆనందంగా అంగీకరిస్తే, సంతోషంతో సమ్మతిస్తే (అంగీకరిస్తే) అప్పుడు – 'ప్రసవ వేదన' ఉండదు. 'ప్రసవానందం' మాత్రమే ఉంటుంది.

ప్రసవం అనేది సృష్టి స్వయంగా చేస్తున్న కార్యక్రమం. మనం మాధ్యమాలం మాత్రమే! ఈ సత్యాన్ని అవగాహన చేసుకుని, ఆత్మ విజ్ఞానాన్ని అభ్యసించి, ధ్యానసాధన చేసి అంతరంలో, సంపూర్ణంగా 'ప్రసవం అనే పునరుత్పత్తి' కార్యక్రమాన్ని ఆనందంగా అంగీకరిస్తే–స్త్రీలు అప్పుడు 'ప్రసవానందాలను' పొందుతారు. 'సిజేరియన్లు' ఉండవు. అన్నీ సహజమైన డెలివరీలే ఉంటాయి. 'డెలివరీ పెయిన్స్' స్థానంలో 'డెలివరీ ఎంజాయిమెంట్' వస్తుంది.

సిజేరియన్‌లో పుట్టిన పిల్లల్లో తమలో ఎంత సమర్థత ఉన్నప్పటికీ దేనికీ ముందడుగు వేయలేరు. వేరొకరి సహాయము, ప్రోత్సాహము కోరుకుంటారు. ఏ పనికైనా ఇతరుల సహాయం లేనిదే నేను ఏమీ చేయలేను అనే భావనలో ఇరుక్కుపోతారు. ఎందుచేతనంటే శిశువు తల్లి గర్భం నుండి భూమి మీదకు వచ్చే ప్రయత్నంలో భాగంగా సహజ ప్రసవానికి బదులు సిజేరియన్‌లో జన్మను పొందడం వలన నేను ఏ పనిచేసినా ఇతరుల సహాయం అవసరమని భావిస్తూ ఉంటారు. అదే సహజప్రసవం వలన జన్మించిన పిల్లలు అయితే నేను జన్మ తీసుకోవడమనే ముఖ్యమైన ఘట్టాన్ని అవలీలగా సాధించాను. కాబట్టి జీవితంలో నేను ఏదైనా సాధించగలను అనే భావనలో ఉంటారు. ఇది ఎంతోమంది పిల్లల్లో గమనించిన తరువాత నిరూపించబడ్డ విషయం.

మాంధాత :

తల్లి గర్భమున కాకుండా తండ్రి గర్భమున ఇతడు జన్మించెను. అభిమంత్రించిన జలమును తెలియక స్వీకరించడం వలన రాజగు యౌవనాశ్వుడు ఉదరమున గర్భము నిలిచెను. సమయము పూర్తికాగా బిడ్డ బయటికి వచ్చే మార్గం లేకపోవటం వల్ల యౌవనాశ్వుని దక్షిణ కుక్షి చీల్చి పుత్రుని బయటికి తీసుకు రాబడెను. ఆ పుత్రుడే మాంధాత అయ్యెను.

యవ్వనాశ్వుడు పురుషుడు కావడం వలన బిడ్డ బయటకు వచ్చే అవకాశం లేదు. కాని సృష్టి స్త్రీకి బిడ్డ బయటకు రావడానికి అవసరం అయిన అన్ని ద్వారాలను ఏర్పాటు చేయడం జరిగింది. కేవలం అర్థంలేని నమ్మకాలు, భయాల వల్లే సహజ ప్రసవాలు జరగడం లేదు.

14. మెనోపాజ్ సమస్యలు – పరిష్కారాలు

ప్రతి స్త్రీ 45, 50 సంవత్సరాలలో ఎదుర్కొనే ఇంకొక స్థితి ఋతుచక్రం ఆగిపోవడం. దీనినే మెనోపాజ్ అంటారు. ఈ ఋతుచక్రం ఆగిపోవడం అనేది స్త్రీ తనకు తానుగా కోరుకుంటేనే ఈ ఏర్పాటు చేయబడింది. ఈ స్థితివల్ల దివ్య శక్తి ప్రవాహం తగ్గి బహిష్టులు పూర్తిగా ఆగిపోతాయి. తద్వారా శరీరంలో వేడిసెగలు వస్తున్నట్లు అనిపించడం ఎముకలు పెళుసుగా తయారవడం స్థూలకాయం రావడం, ఇదివరకు వున్న ఓర్పు, సహనం, ప్రేమ, ధైర్యం సన్నగిల్లడం జరుగుతుంది. వైద్య పరిభాషలో దీనినే హార్మోన్స్ తగ్గడం అంటారు. హార్మోన్స్ తగ్గడం వల్ల శరీరంలో కొవ్వు నియంత్రణ లేకపోవడం వృద్ధాప్య చాయలు రావడం జుట్టు రాలిపోవడం ఇవన్నీ దివ్యశక్తి ప్రవాహం ఆగిపోవడం వల్లనే జరుగుతుంది. అయితే ఆ పరిస్థితుల్లో కూడా ఆధ్యాత్మికత పట్ల సరైన అవగాహనతో తేలికైన శాకాహారాన్ని మితంగా తీసుకుంటూ శరీరంలో జరిగే ఈ మార్పులను ప్రేమతో ఆహ్వానం పలుకుతూ క్రమం తప్పని స్వాధ్యాయ, సజ్జన సాంగత్య ధ్యాన సాధనతో పొందిన ఆత్మ జ్ఞాన అవగాహనతో సరిచేసుకోవడం ద్వారా పరిపూర్ణ స్త్రీగా చైతన్యవంతురాలై

జీవితాన్ని ఆనందోత్సాహాలతో సాగించగలుగుతారు. అలా జీవిస్తారు కదూ....

౧౫. మీరే సృష్టికర్తలు

మీ వాస్తవాన్ని మీరే సృష్టించుకుంటున్నారు. బాహ్య ప్రపంచంలో సంభవిస్తున్న సంఘటనలన్నీ మీ అంతర్‌శక్తి నుంచే ఉద్భవిస్తున్నాయి. మీ ఆలోచనలే భౌతిక సంఘటనలుగా వాస్తవరూపం పొందుతుంటాయి.

మీ ఆలోచనలు విద్యుత్ అయస్కాంత తరంగాలు? మీరు ఏది ఆలోచిస్తే అది భౌతిక సంఘటనలుగా రూపుదిద్దుకుంటుంది! అనారోగ్యం గురించి ఆలోచిస్తే అనారోగ్యం ప్రాప్తిస్తుంది! ధు:ం గురించి ఆలోచిస్తే దు:ఖం ప్రాప్తిస్తుంది! సంతోషం గురించి ఆలోచిస్తే సంతోషం ప్రాప్తిస్తుంది. అందుకే మీ ఆలోచనలు జాగ్రత్తగా వుండాలి.

బాహ్య ప్రపంచంలో మీకు అనుభవంలోకి వచ్చే అన్ని సంఘటనలూ మీ అంతర్ ప్రపంచంలో నుంచే ఉద్భవిస్తున్నాయి. అంతర్ ప్రపంచం నుంచే అన్ని సంఘటనలూ బాహ్య ప్రపంచంలోకి వాస్తవరూపం పొందుతున్నాయి. మీ అంతర్ ప్రపంచం... అంటే అంతరాత్మకి శక్తి వుందనేది ఎంత విశ్లేషణ చేసినా మీకు అర్థం కాదు. మీ ఆలోచనలకు మీరే బాధ్యులు! మీ ఆలోచనలే మీ వాస్తవాన్ని సృష్టిస్తున్నాయి. బానిసలు కాదు!

ఒక ఉదాహరణ : మీరు సంగీత విద్వాంసులు కావాలని లక్ష్యం పెట్టుకున్నప్పుడు మీ ధ్యాస అటువైపు మళ్ళుతుంది. మీ శక్తియుక్తులన్నీ అటువైపు కేంద్రీకరిస్తారు. విశ్వం నుండి మీకు మార్గదర్శకత్వం లభిస్తూ వుంటుంది. మీరు మెలకువలో వున్నా, నిద్రిస్తున్నా విశ్వం అన్ని వైపుల నుండి సంగీతం తాలూకు సందేశాలు మీ మస్తిష్కానికి అందుతూనే వుంటాయి. మీరు సంగీత విద్వాంసులు కావడానికి అనుకూలమైన పరిస్థితులు అనువైన వాతావరణం మీకు సృష్టించబడుతూ వుంటాయి.

ఇదంతా చాలా ఆటోమేటిక్‌గా... వడ్డించిన విస్తరిలాగా... సృష్టించబడుతూ వుంటుంది! మీ పరిస్థితులను మీకు అనువైన వాతావరణాన్ని మీరే సృష్టించుకుంటున్నారు.

2. వర్తమానమే:–

వర్తమానం మహాశక్తివంతమైనది. వర్తమానమే మహా బహుమానం. పెన్సిల్‌తో మీరు గీసిన గీతను రబ్బరుతో చెరిపి వేయగలిగినట్లే వర్తమానంలో మీ ఆలోచనా శక్తితో గతాన్ని చెరిపివేయవచ్చు. మీరు గతంలోని సంఘటనల దయాదాక్షిణ్యాలపై ఆధారపడి లేరు! గతంలో మీరెలాంటి వారైనా సరే, 'వర్తమానం' అనేది ప్రస్తుతం మీ చేతుల్లో వుంది. దాన్ని సక్రమంగా వినియోగించుకోవాలి.

మీ జీవితంలో తారసిల్లే ఏ భౌతిక సంఘటన కూడా యాదృచ్ఛికంగా జరగడం లేదు! వర్తమానంలో మీరు కలిగి వున్న ఆలోచనలు, అభిప్రాయాలు, నమ్మకాలు భావాలు, భయాలు, మరి ఫీలింగ్స్ మూలంగా మీ అంతర్ శక్తి నుండి వచ్చే శక్తి తరంగాలు మీ వాస్తవాన్ని సృష్టిస్తున్నాయి. వాటిని ఎప్పటికప్పుడు మార్చుకోవడం మీ చేతుల్లోనే వుంది. అది ఈ వర్తమానంలోనే సాధ్యం!

ఈ వర్తమానంలో చేతనావస్థ నుండి మీ అంతర్‌శక్తికి ఇచ్చే సూచనలు చాలా స్పష్టంగా, ఖచ్చితంగా ఉండాలి! అవి నెగిటివ్ కానీ, పాజిటివ్ కానీ... ఏ సూచనలు ఇచ్చినా... అవి మీ అంతర ప్రపంచం చేత అంగీకరించ బడతాయి.

ప్రస్తుతం మీరు అనారోగ్యంగా వుంటే గతంలో మీరు ఆరోగ్యంగా వున్నా క్షణాలను తలచుకోండి. అప్పుడు మీ దేహం శక్తిని కూడగట్టుకుని స్వాంతన పొందుతుంది. గతాన్ని పాజిటివ్‌గా ఉపయోగించుకోండి.

3. ఊహాశక్తి:–

మీ జీవితంలో ఎదురయ్యే భౌతిక సంఘటనలను ఎప్పటికప్పుడు

మార్చుకోగల స్వేచ్ఛ మీకున్నాయి. మీరు అనారోగ్యంతో బాధపడుతున్నారను కోండి అప్పుడు మీరు ఆరోగ్యంగా, కులాసాగా వున్నట్లు ఊహించుకోండి. ఇలా చేయడం వల్ల మీ దేహంలో జీవరసాయనిక చర్యలు జరిగి స్వస్థత పొందగలుగుతారు. మీరు దారిద్ర్యంలో మగ్గుతున్నారనుకోండి. అప్పుడు మీరు చాలా సంపద కలిగివున్నట్లు దానిని మీరు అనుభవించి, ఆనందిస్తున్నట్లు ఊహించుకోండి. అలా చేయడం వల్ల మీ ఊహాశక్తి కనుగుణంగా భౌతిక సంఘటనలు సృష్టించబడతాయి. సంపద పోందడం, అనుభవం పొందడం అన్న అంతర్ ప్రపంచంలో నుండి మీ జీవితంలోకి ప్రవేశిస్తున్నాము.

మీకు సిగ్గు, బిడియంతో వుండి ఇతరులతో మాట్లాడాలని భయపడుతుంటే మీ మైండ్‌లో అందరితో కలిసి మాట్లాడుతన్నట్లు పరస్పరం మీ ఆనందాలను పంచుకున్నట్లు ఊహించుకోండి. దానికనుగుణంగా భౌతిక పరిస్థితులు కల్పించబడతాయి. మీకు జీవితంలో అంధకారమయంగా నిరాశాకరంగా వుందనిపిస్తే ఆనందంగా వున్నట్లు ఎన్నో బాధ్యతలను నెరవేరుస్తున్నట్లు ఊహించుకోండి. దానివల్ల మీకు ఆ పరిస్థితులు సృష్టించబడి మీ అనుభవములోకి వస్తాయి. మీరు గమనించినా, గమనించకపోయినా జీవితంలో మీకు ఎదురయ్యే ప్రతి సంఘటన ఊహాశక్తి ద్వారా అంతర్ శక్తి నుండి బాహ్య ప్రపంచంలోకి వాస్తవరూపం పొందుతూంటుంది. మీకు నమ్మశక్యం కాకపోవచ్చు కానీ... ఇదంతా యదార్థం.

ఒక భౌతిక సంఘటన మీ జీవిత అనుభవంలోకి ప్రవేశించినట్లు, దాని తాలూకు ఎమోషన్స్, ఫీలింగ్స్‌తో సహా మీరు ఊహించుకున్నట్లయితే, విశ్వశక్తి మీ ఆలోచనల వైపు కేంద్రీకరింపబడుతుంది. ప్రకృతి కూడా మీకు అనుకూలమైన పరిస్తితులను కల్పించి ఆ భౌతిక సంఘటన జరిగేటట్లు చేస్తుంది. ఈ ప్రక్రియ మీ విశ్లేషణలకు అందని విషయం.

ఒక విద్యార్థి పరీక్ష పాసయినట్లూ, దాని పరిణామంగా తన ఆనందాన్ని కుటుంబ సభ్యులతోనూ, ఫ్రెండ్స్‌తోనూ పంచుకున్నట్లు ఊహించుకుంటే ఫీలింగ్స్, ఎమోషన్స్ సహా శారీరకంగా, మానసికంగా,

భౌతికంగా, ఆధ్యాత్మికంగా మార్పులు సంభవిస్తాయి. మెదడులో కొన్ని జీవరసాయనాలు ఉత్పత్తి అయి ఇంటెలిజెన్స్ పెరగడం జరుగుతుంది. ఆ పరీక్ష పాసవ్వడం కోసం కష్టపడగల మానసిక పరిస్థితులు వాస్తవరూపం పొందుతాయి. అందుకనుకూలమైన పరిస్థితులు సృష్టింపబడతాయి. ఆ లక్ష్యం ఏర్పరచుకో వడానికి గల కారణం బాగా విశదమవ్వడం వల్ల మానసిక ఆనందం స్వతహాగా మైండ్‌లో కలుగుతుంది. ఆ లక్ష్యం నెరవేరడానికి గల పరిస్థితులంతా అంతరశక్తి సృష్టించుకుంటుంది. ఈ భౌతిక సంఘటన ఆ విద్యార్థి అనుభవంలోకి వస్తుంది.

4. సంకల్పాలు:-

సంకల్పాలను ఎలా అంతరంగ ప్రపంచం నుండి వెలువడిస్తామో, వికల్పాలను కూడా అదే మాదిరిగా వెలువరిస్తాం!

"నేను సాధించగలను.. నేను చెయ్యగలను... నా తల రాతను నేనే వ్రాసుకుంటున్నాను... నా వాస్తవానికి నేనే సృష్టికర్తను... ఇలాంటి వాటిని సంకల్పాలు అంటాం.

"అంతా విధి ప్రకారమే నడుస్తుంది... ఈ జీవితం దు:ఖమయం... నీ జీవితాన్ని ఎవరో శాసిస్తున్నారు.. నేను అసమర్థుణ్ణి... నేను ఏమీ చేయ లేను... ఇది నావల్ల కాదు.. ఇలాంటి వాటిని వికల్పాలు అంటాం.

5. జీవకోటి ప్రాముఖ్యత :-

మానవజాతికి భూమ్మీద ఇతర జీవరాశులను నియంత్రించే అధికారంగానీ, హక్కుగానీ లేవు! ఒక జంతువును గానీ, మరే ప్రాణిని చంపే హక్కు లేదు.

సకల ప్రాణికోటి పట్ల అనురక్తి కలిగి వుండండి.

సమస్త జీవ జాతులను ప్రేమించండి.

ఆలోచించండి?

1. మమ్మల్ని ప్రేమతో పెంచేది, క్రూరంగా చంపడానికా?
2. అనందంగా జీవించే హక్కు మీకే కాదు... భగవంతుడు మా
3. మమ్మల్ని తినకండి! ప్రేమించండి!
4. భగవంతునికి అన్ని ప్రాణులు విలువైనవే.
5. మమ్మల్ని చంపడమే వేడుకంటారు! చివరకు రోగాల పాలవు
6. జీవులను బలవంతంగా చంపితినేవారు భగవంతుని దగ్గర కర్మల లెక్కలు అప్పగించవలసి వస్తుంది.
7. పరమాత్మ తనపై దయ చూపించాలని కోరుకునేవారు అమాయక జీవులపై దయచూపాలి.
8. శవం కాలుతుంటే దుర్గంధం వస్తుందని అరిష్టమని ఊరి బయట శ్మశానంలో కాలుస్తారు. మరి మరణించిన జీవి యొక్క మాంసాన్ని వేయిస్తే అలాంటి దుర్గంధమే వస్తుంది కదా?
9. మేము కొద్దిగా కుడితేనే సహించలేని మానవులు మాకు మరణదండన విధిస్తున్నారు. జంతువుల్ని చంపి భక్షిస్తున్న మానవులకు ఏ శిక్ష వెయ్యాలి.
10. మానవుల ప్రవర్తన చాలా విచిత్రంగా వుంటుంది. ఒక వైపు నోటితో మత గ్రంథాలు పారాయణం చేస్తారు. మరోవైపు అదే నోటితో జీవుల రక్త మాంసాలు తింటారు.
11. ఆకులు తినే మేకలు కొండలెక్కుతుంటే మేకలు తినే మానవులు మంచా లెక్కుతున్నారు.
12. మంచి చేస్తే చెడు లభించదు - చెడు చేస్తే మంచి లభించదు.
13. మీరు మానవులు - ప్రేమే మీ మతం! మనం మానవులం - ప్రేమే మన మతం



- ప్రచురణ -

పశ్చిమ గోదావరి జిల్లా పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీ

జంగారెడ్డిగూడెం

ఒకేసారి అయిదు వందల మంది కూర్చొని ధ్యానం
చేయగలిగే, పశ్చిమగోదావరి జిల్లాలోనే అతి పెద్ద పిరమిడ్‌ను
సందర్శించి మీ ఆధ్యాత్మిక జీవితాన్ని సుసంపన్నం
చేసుకునేందుకు ఇదే మా ఆహ్వానం